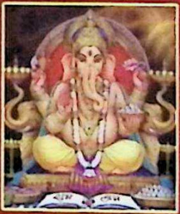
CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

वैदिक सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिका पूजाविधिमा आधारित

पण्डित नभएमा

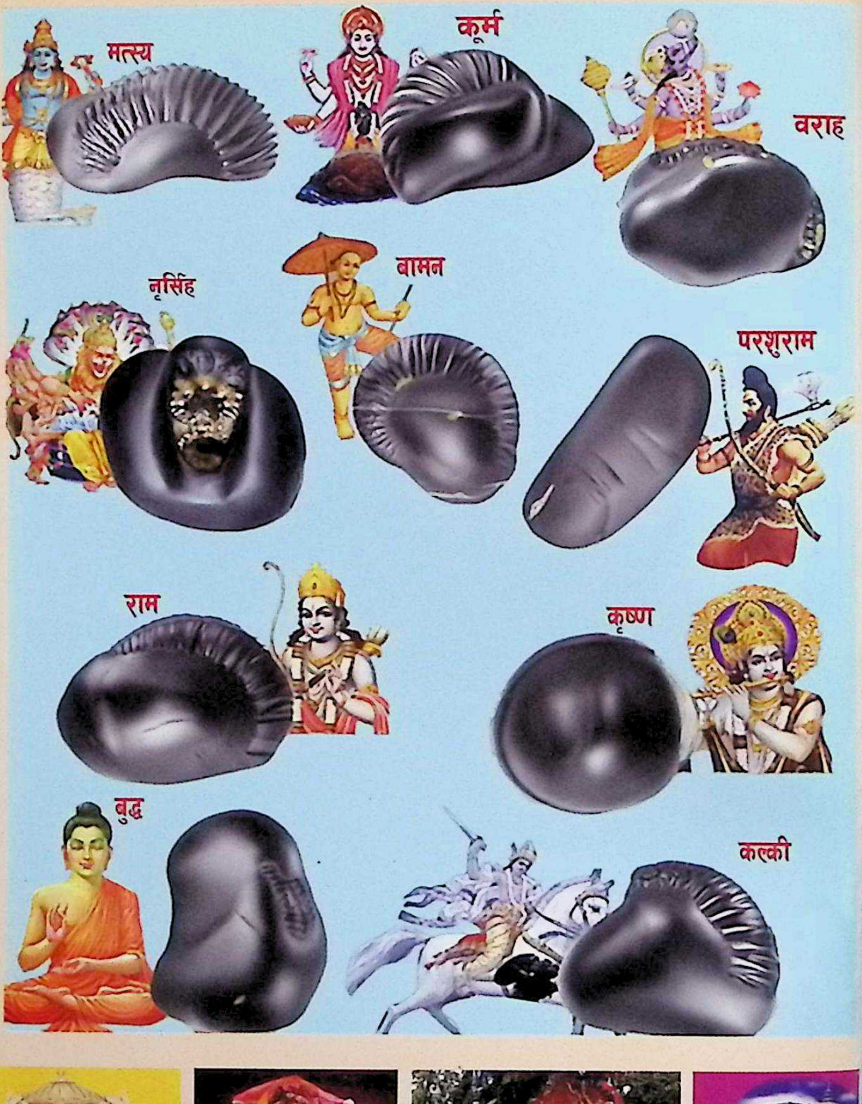


लेखन तथा सम्पादन
अर्जुन न्यौपाने

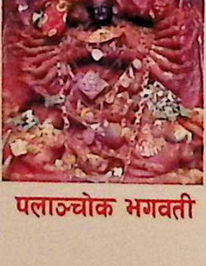
Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

श्रीविष्णुका दश अवतार



बगलामुखी माता


पलाञ्चोक भगवती

पाथिभरा भगवती

कामाख्यामात

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ श्रीहरिहरात्मकपरब्रह्मणे नमः

पण्डित नभएमा

(वैदिक सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिका पूजाविधिमा आधारित)

लेखन तथा सम्पादन
अर्जुन न्यौपाने

प्रकाशक
नव उद्यान प्रतिष्ठान
काठमाडौं, नेपाल

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पुस्तक : **पण्डित नभएमा**

(वैदिक सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिका पूजाविधिमा आधारित)

लेखन तथा सम्पादन : अर्जुन न्यौपाने

हंसरा-७, गुल्मी

प्रकाशक : नव उद्यान प्रतिष्ठान

काठमाडौँ, नेपाल

सम्पर्क नं. : ९८४१-२८५५५३

ई-मेल: moderngfoundation@gmail.com

सर्वाधिकार © : लेखकमा

प्रकाशन : २०७१

कोड : A5-2071-MGF:01

भाषा सम्पादन : नेपालीभाषा खण्ड- गोमा पाण्डे, एम एड., एम ए.

संस्कृतभाषा खण्ड- रोहिणीराज तिमिल्सिना आचार्य, एम. फील.

ISBN : 978-9937-2-8654-1

सहयोग राशी : रु. २३०/- US$: 5.00

कम्प्युटर : संजय जयसवाल

मुद्रण : जनता प्रेस हाउस प्रा. लि.

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

समर्पण.....

परमश्रद्धेय वैकुण्ठबासी
पिता उमापति,
हजुरबुबा नरनारायण,
हजुरआमा द्वयन्तीदेवी
तथा
सम्पूर्ण कुल-पितृहरूमा
सादर समर्पित...

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

प्र.जि.अ.द.नं. १९३/०५१/०५२

श्री हरिहर सन्न्यास आश्रम

देवघाटधाम, तनहूँ, नेपाल

आशीर्वचन

गुल्मी जिल्ला जोहाङ्-५ मा जन्मलिई हाल काठमाडौं निवासी अर्जुन न्यौपानेद्वारा विविध ग्रन्थहरूको अध्ययन र विद्वानहरूसँग छलफल गरेर तयार गरिएको **"पण्डित नभएमा"** नामक पुस्तकका केही अंश अवलोकन गर्ने मौका मिल्यो । संस्कृतको पृष्ठभूमि नभएर पनि यो पुस्तकमा भएको प्रयास र आफ्नो संस्कारप्रतिको रूचि प्रशंसनीय छ । वेदले कर्म, उपासना र ज्ञानको उपदेश गर्छ । कर्म गर्नुपूर्व कर्मको बारेमा ज्ञान हुनु आवश्यक छ । धर्मको मूल पनि कर्म नै हो । विना-कर्म संस्कार परिमार्जन हुँदैन, चित्तशुद्धि पनि हुँदैन र मोक्ष प्रदान गर्ने ज्ञान दुर्लभ हुन्छ । यो पुस्तक प्राय कर्मकाण्डको विषयमा रहेकोले गृहस्थहरूको लागि अत्यन्त उपयोगी छ । अध्ययनार्थीहरूले लाभ उठाउने छन् । अस्तु !

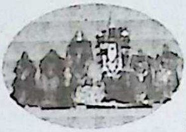
अर्जुन न्यौपानेको लेखनी यस्तै पवित्र लेखनकार्यमा अघि बढीरहोस्, शुभकामना !

स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती

स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती
पीठाधीश/अध्यक्ष
श्रीहरिहर सन्न्यास आश्रम तथा
परमानन्द संस्कृत गुरूकुल विद्यापीठम्
देवघाटघाम, तनहूँ

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi



।। जय श्री मुक्तिनाथ ।।

अखण्डज्योतिबाबा स्वामीश्रीजी च्यारिटेवल ट्रष्ट
AKHANDA JYOTI BABA SWAMI SHREE JEE CHARITABLE TRUST
श्रीपञ्चमहालक्ष्मी श्रीपीठम्, भीतुन, छालिङ्-९, भक्तपुर

श्री मुक्तिनाथ बाबा
संस्थापक एवं संरक्षक

पत्र संख्याः

शुभ-मङ्गलानुशासन

"धर्मो रक्षति रक्षितः" धर्म सँस्कार र सँस्कृतिको रक्षा गर्नेवाला स्वयं धर्मबाट रक्षित हुन्छ। हाम्रा वैदिक सभ्यता सँस्कार र सँस्कृतिको संरक्षण गर्नु हाम्रो दायित्व हो। विविध कारणले आफ्ना सँस्कार सँस्कृतिलाई बिर्सने परम्परा बढ्दो छ, जसमा सत् पुरोहित प्राप्त नगर्नु पनि एक हो। सदा सर्वत्र सर्वदा सत् पुरोहित प्राप्त गर्न नसकिने र आफूमा सबै कुरा ज्ञान नहुने हुनाले यस अवस्थामा कसरी आफ्ना कर्मलाई सार्थक बनाउने ? भन्ने सन्दर्भमा श्रीअर्जुन न्यौपानेज्यूले आफू सँस्कृतको विज्ञ नभएता पनि यसमा दत्तचित्त भएर अनुसन्धान गरी "पण्डित नभएमा" पुस्तक प्रकाशन गर्न लाग्नुभएको कुरा प्रशंसनीय छ। पण्डित नभएको अवस्थामा प्रस्तुत पुस्तकलाई नै सर्वोपरि मान्ने भन्न त मिल्दैन तर त्यस्तो असहज परिस्थितिमा "सर्वनाशे समुत्पन्ने अर्धं त्यजति पण्डितः" 'अर्थात् पण्डितहरूले सबै नाश हुन लागेको अवस्थामा आधा त्याग गरेर बाँकी बचाउने प्रयास गर्दछन्' यस उक्तिका अनुसार सनातन वैदिक धर्ममा आस्थावान् व्यक्तिलाई केही सहजता प्रदान गर्नेछ भन्ने विश्वासका साथ श्रीपञ्चमहालक्ष्मी समेत श्रीमुक्तिनाथ भगवान्का सान्निध्यबाट शुभ मंङ्गलानुशासन तथा साधुवाद प्रकट गर्दछौं। जय श्रीमुक्तिनाथ !

मुक्तिनाथ पीठाधीश्वर स्वामी कमलनयनाचार्य

सम्पर्क कार्यालय : गोल्फुटार, काठमाडौं। फोनः ९७७-१-४३७४०७४
इमेल : info@muktinathbaba.org
वेबसाइट : www.muktinathbaba.org
बैंकः अखण्ड ज्योतिबाबा स्वामीश्रीजी च्यारिटेवल ट्रष्ट
एभरेष्ट बैंक, गल्फुटार शाखा, काठमाडौं।
चल्तीखाता नं. ०२८००१०५२००१५५ Swift Code: EVBLNPKA

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

नेपाल सरकार

कानून, न्याय, संविधानसभा तथा संसदीय मामिला मन्त्रीको

स्वकीय सचिवालय

प.सं. :२०७०।७१
च.नं. : ३१

सिंहदरवार, काठमाडौं

मिति: २०७०।०९।१४

विषयः **शुभकामना।**

वैदिक सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिका पूजाविधिमा आधारित "पण्डित नभएमा" नामक धार्मिक कृति प्रकाशन हुन लागेकोमा मलाई अत्यन्तै खुशी लागेको छ।

वैदिक सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिको संरक्षण सम्बर्द्धन र जगेर्ना गर्नु हामी सबैको कर्तव्य तथा अधिकार पनि हो। मनुष्यले जन्म लिएर जन्मेको भूमि, जन्म दिने माता, कुलवंश, धर्मको सम्मान र रक्षा गर्न सकिएन भने आफ्नो जीवनको सार्थकता रहँदैन। धर्मशास्त्र र ग्रन्थहरु अध्ययन गर्ने चाहना हुँदाहुदै पनि सबैलाई सहज नहुन सक्दछ। अतः आफ्नो धर्म र संस्कृतिमा आस्था राख्ने सबैलाई सहजता प्रदान गर्ने उद्देश्यले श्री अर्जुन न्यौपानेद्वारा सम्बन्धित विद्वानहरुसँगको छलफल र सल्लाह समेतको आधारमा अत्यन्त सरल रुपमा "पण्डित नभएमा" नामक प्रकाशन हुन लागेको यो धार्मिक कृति प्रसंशनीय छ।

अन्त्यमा, लेखक संस्कृत भाषाको ज्ञाता नहुँदा नहुँदै पनि उनमा सानै उमेरदेखि नै आध्यात्मिक आस्थाप्रति जागृति रहँदै आएको थियो। जसको फलस्वरुप नै छोटो समयमा यो कृति तयार गर्न सम्भव भएको हो। यो धार्मिक कृतिले सबैलाई सहज रुपमा आफ्नो धार्मिक कर्म बुझ्न सहयोग पुऱ्याई धार्मिक एवं साँस्कृतिक आस्थामा अभिवृद्धि गर्न प्रेरणा प्रदान गर्ने छ भन्ने विश्वासका साथै शुभकामना व्यक्त गर्दछु।

धन्यवाद !

हरिप्रसाद न्यौपाने
मन्त्री

फोन नं. : ४-२११९७४ (कार्यालय), ५-५२६१०५ (निवास), फ्याक्स नं. : ४-२११६८४

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

शुभाशंसा

कालक्रममा नेपालमा दक्ष र अध्ययनशील पण्डित-पुरोहितहरू सबै काठमाडौं भित्रिन थाले । त्यसैले आजभोलि गाउँघरमा कुनै महत्त्वपूर्ण तीर्थ व्रत वा दानादि प्रसङ्ग चलाउनलाई पनि त्यस किसिमका व्यक्तिहरूको अभाव हुन थाल्यो । त्यही अभावलाई अनुभव गरेर आफू अंग्रेजी पठनपाठनमा लागेको भए तापनि यस किसिमको पुस्तक प्रकाशन गर्ने सोच अर्जुन न्यौपानेले लिनुभएको छ । यस्तो प्रयासलाई सबैले सराहना गर्नैपर्दछ ।

यसको पाण्डुलिपिका केही भागहरू मैले हेरेको थिएँ । संस्कृतमा अनुस्वारको प्रयोग गर्दा उच्चारणमा व्यवधान पुग्ने हो कि भन्ने आशयले उच्चारणसौकर्यका लागि प्रस्तुत पुस्तकमा रहेका केही संस्कृत श्लोकहरूमा हलन्त 'म्' - कारकै प्रयोग गरिएको छ । अर्थात् अनुस्वार सन्धिलाई विविक्षा कोटिमा गाभिएको देखिन्छ ।

प्रस्तुत पुस्तकमा विभिन्न तीर्थ पर्वहरूको परिचय र गरिने कृत्यको बारेमा परिचय गराइएको छ ।

सम्पूर्ण एकादशीहरूको माहात्म्य सहित वर्णन गरिएको छ । नेपालसँग सम्बन्धित तीर्थस्थल र अन्य आवश्यक धार्मिक बोटविरूवाहरू, ज्योतिष इत्यादिका बारेमा समेत चर्चा गरिएको छ ।

पुस्तकको प्रारम्भमा 'आधारभूत ज्ञान' शीर्षकमा थुप्रै पक्षहरूको संकलन सूचनाप्रद देखिन्छ । बीच बीचमा कहीँ सूक्ष्म रूपता त कहीँ स्थूल रूपमै पनि देखापर्ने मुद्राराक्षसको समस्या देखा परे तापनि पुस्तक सङ्ग्रहणीय रहेको कुरामा दुई मत छैन ।

आगामी दिनमा यसको अझ विस्तृत खोज र अनुसन्धान पुस्तकका लेखकबाट हुने नै छ र थुप्रै पाठकहरूबाट उहाँलाई हौसलावाच्य प्रदान गरिनेछ भन्ने आशा व्यक्त गर्दछु ।

जनार्दन घिमिरे
कार्यक्रम प्रस्तोता एवम् निर्माता
रेडियो कान्तिपुर, रेडियो राष्ट्रको
पुल्चोक ललितपुर
२०७१-०१-२४

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कर्ममा हुन्छ ज्ञान

ठाकुर शर्मा भण्डारी

ज्ञानार्जन हुँदा दिव्य आनन्द भाव उठ्दछन्
धर्ती मुस्काउँछिन् आफ्नै सौन्दर्य रूप जाग्दछन् ।
श्रद्धा-विश्वासका फूल रोपेको घर-आँगन
सर्वदा पूर्णता मिल्छ त्यही आनन्द भावन ॥

यस्ता कार्य हुँदा मान्छे सम्मानित सधैं हुने
सदाचारी, गुणी व्यक्ति सत्कार्यले सधैं छुने ।
शब्द-ज्ञान यहाँ हुन्छ जो धर्म-रूपकावली
आचार-संहिताभित्र पाइन्छ विविधावली ॥

कला-संस्कृतिमा रम्ने बिहानी रूप भेट्दछन्
आफ्नो पन जहाँ हुन्छ सबै मुस्कान भर्दछन् ।
अनेक दृश्य यस्ता छन् भावना बोल्न पुग्दछन्
धारणाका सुधाभित्र जिन्दगी व्यक्त गर्दछन् ॥

भावनामा उठेका छन् तरङ्गित विधाहरू
काव्यका पुष्प ल्याएर सजाएका कुराहरू ।
आफ्नो छ धर्म-संस्कार सबैको लागि दर्पण
अर्जुनले सजाएको कृतिमा छ समर्पण ॥

समाजनिम्ति लाग्ने र सोच्ने व्यक्ति सधैं सुखी
स्वयम् शान्तित्वमा हुन्छ, बन्दिन्छ धारणामुखी ।
सङ्कल्पित विधा पाई कुल-इज्जत खातिर
लागेको देख्न पाएर मन के खुसी हुन्न र ? ॥

दूरदृष्टि भएकोले स्थिरता परिसञ्चित
अग्रणी अर्जुनैलाई लक्ष्य प्राप्ति छ पूर्णतः ।
निर्मल ज्ञानको ऐना प्राप्तिमा पुट भर्दछ
सत्य-सौन्दर्यका निम्ति सर्वदा लाग्नुपर्दछ ॥

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सदाचारी र शास्त्रज्ञ व्यावहारिक मानस
भए जीवनको लक्ष्य लेखनी पूर्ण बन्दछ ।
साँचो हृदयको बोली कार्यशाला छ सुस्थिर
संसारवशमा हुन्छ जीवन-घर सुन्दर ॥

अर्जुन-रूपमा एक फूलजस्तै सुवास छ
दया, माया, आस्थाका मार्गमा धर्म छ ।
पण्डित नभएमा यो पुस्तक ज्ञानवर्द्धक
रहेको छ सबैलाई पूरा यो फलदायक ॥

कतै छन् नीतिका भाव कतै छन् धर्मका कुरा
शुद्धाचार लिँदा मात्र व्यक्तिन्छन् नव आँकुरा ।
स्नान-गायत्रीको ज्ञान देवपूजा समाजका
वार्षिक चाडपर्वैमा देखिन्छिन् मूल सृष्टिका ॥

स्वाहा-स्वधा सबै कर्म विविध ज्ञान मिश्रित
तीर्थका नाम सङ्ख्या र गोत्र-वर्णन विस्तृत ।
एकादशी माहात्म्यैको महिमा पूर्ण रूपमा
वर्णन गरिएको छ सङ्क्षिप्त स्वच्छ भावमा ॥

वैदिकी धर्मका कर्म साथमा देव-मन्दिर
महिमा, गरिमा साथै लम्किन्छन् पूर्णतातिर ।
नित्यकर्म सदा गर्ने मानिस बन्छ धार्मिक
परोपकारका काम गरेरै बन्छ सात्त्विक ॥

पुस्तकभित्रको ज्ञान गर्दा साधारणै पनि
आफ्नो जीवनको मूल्य थाहा पाउँछ यो जिमी ।
मन्त्र-चित्र र व्याख्याले सजिलो अर्चना-विधि
अनेकौं पर्वका सार खिचिएको छ आकृति ॥

अर्चना-वन्दनानिम्ति यो भए हुन्न अड्चन
ढोका यो मनको उघ्रे यसैले दिन्छ रञ्जन ॥

धूम्रवाराही, काठमाडौँ

मितिः २०७० फागुन १२ गते सोमवार ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

नम्र निवेदन

अर्जुन न्यौपाने

सुख, शान्ति, समृद्धि र अमृतत्वको प्राप्ति मानिसको प्रमुख लक्ष्य हो । यही लक्ष्य प्राप्तिका लागि शास्त्रीय कर्ममा अभिरूचि राख्ने तर आफूले गर्ने कर्मका विधि र प्रक्रियाका बारेमा यर्थाथज्ञान नहुँदा मानिसहरू कुहिरोको काग बन्ने गरको वस्तुतथ्यलाई आत्मसात गरी यस पुस्तकको परिकल्पना गरेको हुँ ।

एउटै मन्दिरमा यज्ञ, यज्ञादिमा पूजा अर्चना गर्ने श्रद्धालु भक्तजनहरूले पनि फरक फरक किसिमले अर्चना गरेको भेटिन्छ । कसैले एक हातले, देब्रे हातले, घुँडाभित्र हात पारेर, नपारेर, जल, अक्षता, दूध भुइमा चढाएर वा यस्तै यस्तै । पण्डितजीहरू केही नबोली एकोहोरो पूजामात्र गराउनु हुन्छ तर पूजा पूर्ण हुँदैन । फल प्राप्तिका लागि उपयुक्त विधि, शुद्ध मन्त्र र उचित दक्षिणा आवश्यक हुन्छ ।

मन, विचार, भावना शुद्ध भएका तर ज्ञान सीप नभएका वा केही ज्ञान भएका तर गलत र अशुद्धीबाट ग्रस्त बनेका । कहीँ कतैबाट सही निर्देशन नपाउने । रूचीभए पनि विषयान्तर भएका कारण संस्कृत बुझ्न नसक्ने भक्तहरूले यस पुस्तकबाट बढी लाभ लिने विश्वास लिएको छु । परम्परागत देखासिकीबाट कर्म गर्ने तर मिचाहा प्रबृत्ति अँगालेका भक्तहरू पनि यसबाट लाभान्वित हुन सक्नेछन् ।

एक्काइसौं शताब्दीको द्रुत विकासको गतिमा विदेशी शिक्षा पढ्ने, पढाउने र पढ्न पठाउने यान्त्रिक मानवको समयमा सुयोग्य कर्मकाण्डी पण्डितको अभाव खड्किनु स्वाभाविक नै हो । आफूले खोजेको समयमा सात्त्विक, शुद्ध आचरणमा रहेर, शिरमा शिखा, काँधमा जनै, पवित्र वस्त्र धारण गरेर शुद्ध वचन, मन र कर्मले पूजा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गराउने पण्डित पाउन मुस्किल पर्दछ । यस्तो अवस्थामा कामचलाउ पण्डितबाट गरिएको पूजाबाट पाइने फल सपना जस्तै हो । असल पण्डितको अभावमा पनि इच्छुक व्यक्तिले शुभ कर्म गर्न सकून् भन्ने उद्देश्यले **पण्डित नभएमा** नामक पुस्तक तयार पारिएको हो ।

वर्तमान परिस्थितिमा हामी सबै मिलेर धर्म र संस्कृति बचाउनका लागि संस्कृतभाषाको पनि संरक्षण एवं विकासमा जोड दिनुपर्ने भएको छ । संस्कृत भाषाको विकासका लागि गुरूकुलहरू र संस्कृतग्रामको विकास हुनु आवश्यक हुन्छ भन्ने कुरा बुझ्नु र बुझाउनु पर्नेछ । शक्तिसम्पन्न राष्ट्रहरूले संस्कृतभाषाको महत्त्व बुझेर उद्गमस्थल पत्ता लगाई भाषागत गहिराइमा लागिरहेको अवस्थालाई बुझ्नु पर्दछ । सन् २०२५ सम्ममा पूर्ण संस्कृत भाषामा कम्प्युटर-प्रविधि प्रचलनमा ल्याउन विकसित देशहरूले गरेका ठूला योजनाहरू कार्यान्वयन भइरहेको तथ्य सबैलाई बुझाउनु पनि मेरो लक्ष्य हो ।

अध्ययन गर्ने क्रममा शीर्षक क्रमबद्ध भएकोले शुरूबाटै पढदा सरल हुनेछ । दैनिक जीवनका व्यावहारिक समस्याहरूलाई मध्य नजर गरी शुद्ध मन, वचन र कर्मले पुण्यकार्य गर्न इच्छुक भक्तहरूलाई त्यो कार्य गर्नबाट वञ्चित हुन नपरोस् भनी सरल र सहजरूपबाट यो पुस्तक तयार पारिएको हो । विशेषतः विदेशमा रहने गैर आवासीय नेपालीहरू जो विदेशी भूमिमा रहे तापनि आफ्नो कुल, धर्म र देशको संस्कृतिलाई संरक्षण एवं सम्बर्द्धन गर्न निकै मिहिनेतका साथ उत्साही छन्। यो पुस्तक उनीहरूलाई अझ बढी लाभदायक हुनेछ भन्ने विश्वास मैले लिएको छु ।

जीवनका पैंतीस वसन्त पूरा गर्दा मेरा पन्ध्र वर्ष अङ्ग्रेजी-भाषाको शिक्षण पेशामै बितेछन् । शिक्षणपेशाका साथसाथै बचेको र बिदाको समयलाई सामाजिक, धार्मिक, कला, मनोरञ्जन (चलचित्र), मानव अधिकारकर्मी संस्थाको जिल्ला सभापति जस्ता कार्यमा संलग्न हुने अवसर मिल्यो । यसपछिका छ वर्ष अङ्ग्रेजीभाषाका शिक्षकहरूको संस्था नेल्टा (NELTA) को केन्द्रीय समिति पदाधिकारीमा छ वर्षसम्म रही सक्रिय रूपमा जिम्मेवारी पूरा गरें । अङ्ग्रेजी भाषाको कर्मका

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सँग-सँगै संस्कृतभाषाको धर्मले मनभित्र आन्दोलन गरिरह्यो, जसलाई ऊर्जा शक्तिको रूपमा मैले लिएँ । यसै क्रममा आफ्ना तृष्णा मेटाउन साधु, सन्त, महात्माहरूसँग गरिएका जिज्ञासा, श्रवण गरिएका प्रवचन, तीर्थयात्रा, यज्ञ-यज्ञादी, खोज अनुसन्धान र देखेका भोगेका घटनाक्रम आदि मेरा अनुभूति एवं प्रेरणाका श्रोत हुन् । मुक्तिनाथ तीर्थयात्राले नयाँ उर्जा दिएको अनुभूति गरेको छु । यस्तै घटनाक्रमका सम्मिश्रणको फल नै यो पुस्तक हो भने रंगीन फोटाहरू पुस्तकका गहना हुन् ।

वैदिक सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिको संरक्षण, संवर्द्धन एवं जगेर्ना गर्नु सम्पूर्ण हिन्दु तथा बौद्धमार्गीहरूको साझा कर्तव्य हो । मैले यस कृतिमार्फत् पञ्च 'ग' र वैदिक सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिमा सधैं सचेत रहन समस्त पाठक वृन्दमा नम्र निवेदन गर्दछु । पञ्च 'ग' अर्थात् **गीता** (गीताको महत्त्व र भावबारे प्रचारप्रसार), **गाई** (गाईको संरक्षण र महत्त्वमाथि प्रकाश), **गङ्गा** (गंगाको संरक्षण र सफाइ), **गुरुकुल** (संस्कृत भाषाको संरक्षण र विकास), **गायत्री** (कुल वंशको सनातन धर्म संस्कृति, मातृशक्ति, जन्मभूमि) यी विषयहरूमा हामी सबैले मनन् गर्नुपर्दछ । हामी हिन्दुवादी भन्छौं तर आधारभूत तथ्यलाई पनि अनुसरण गर्न नसक्नेहरूले आफ्नो कमजोरी स्वीकार्दा मात्र पनि जीवन, समाज र राष्ट्रको परिवर्तन हुन सक्दछ भन्नेतर्फ पनि ध्यान दिनु आवश्यक छ ।

मेरो अनुरोधलाई स्वीकारेर आफ्ना विद्वत्ताले भरिएका सुझाव, सल्लाह एवं विभिन्न विषयमा प्रामाणिक ठोस निर्णय सहित आ-आफ्ना आशीर्वचन एवं सम्मति लेखिदिनुहुने श्री हरिहर सन्न्यास आश्रमका पीठाधीश्वर श्री १००८ स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वतीज्यू महाराज, यसै गरि अखण्डज्योतिबाबा स्वामीश्रीजी च्यारिटेबल ट्रष्टका संस्थापक एवं संरक्षक मुक्तिनाथ पीठाधीश्वर स्वामी कमलनयनाचार्यज्यू एवं कानून, न्याय, संविधानसभा तथा संसदीय मामिला र श्रम मन्त्रालयका समेत मन्त्री रहनु भएका न्यौपाने कुलरत्न श्री हरिप्रसाद न्यौपानेज्यूप्रति नतमस्तक भई सधन्यवाद प्रणाम टक्र्याउन चाहन्छु । त्यस्तै त्रि.वि. संस्कृत विभागका उप-प्राध्यापक एवं रेडियो कान्तिपुरका धार्मिक कार्यक्रम निर्माता एवं संचालक जनार्दन घिमिरे र कन्या क्याम्पसका

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सह-प्राध्यापक पूज्यदाजु ठाकुर शर्मा भण्डारीज्यूप्रति पनि कृतज्ञता अर्पण गर्दछु ।

भाषा सम्पादन गरिदिनुहुने भाषाविद् गोमा पाण्डे, रोहिणीराज तिमिल्सिना र ब्रह्मचारी हरिप्रसादज्यूहरूप्रति पनि ऋणी बनेको छु। यसैगरि आफ्ना अमूल्य सुझाव सहित प्रेरणा दिनुहुने डा. वैकुण्ठ घिमिरे, पं. कपिल लामिछाने, पं. दीपक पराजुली, पं. सीताराम सुवेदी, पं. धुमनारायण पौडेलज्यूप्रति पनि आभारी छु । यस लेखन यात्रामा जिज्ञासा पनि धन्यवादकी पात्र बनेकी छन्। खोज अनुसन्धानका क्रममा मलाई सहयोग एवं प्रेरणा प्रदान गर्नुहुने नेपाल तथा भारतका विज्ञजन, शुभचिन्तक, शिक्षकवर्गहरूलाई पनि म स्मरण गर्न चाहन्छु। मेरो लेखनका क्रममा बारम्बार सहयोग गरिरहने परिवारजनप्रति पनि धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु।

अन्त्यमा, यस पुस्तकमा बाँकी रहेका भाषागत एवं विषयगत कमी कमजोरीहरू आगामी संस्करणमा यहाँहरूबाट प्राप्त सुझाव एवं सल्लाहअनुसार परिष्कार गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दछु।

हरि ॐ तत्सत् ! हरि ॐ तत्सत् !! हरि ॐ तत्सत् !!!

अर्जुन न्यौपाने
काठमाण्डौ, नेपाल
neupanearjun5@gmail.com

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ नमः शिवाय

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

विषय-सूची

क्र.सं.		शीर्षक	पृष्ठ नं.
		खण्ड-क : आधारभूत ज्ञान	
१.		शब्द भण्डार	१
२.		आचार संहिता	८
३.		स्नान र गायत्री मन्त्र	१७
		खण्ड-ख : पूजाविधि	
४.		देवपूजा	२२
५.		नित्यपूजा	२५
६.		पञ्चाङ्गदेवतापूजा	३३
	६:१	शिव पञ्चाङ्गपूजा	३४
		शिव अष्टोत्तरशत नामावली	४०
	६:२	विष्णु (शालग्राम) पञ्चाङ्गपूजा	४२
	६:३	दुर्गा पञ्चाङ्गपूजा	४७
	६:४	सूर्य पञ्चाङ्गपूजा	४८
	६:५	गणेश पञ्चाङ्गपूजा	४८
	६:६	लक्ष्मीपूजा	४९
	६:७	नागपूजा	४९
	६:८	सरस्वती पूजा	४९
	६:९	संकल्पवाक्यम्	४९
		खण्ड-ग : वार्षिक चाडपर्व	
७.		मातातीर्थ औंसी	५०
८.		अक्षयतृतीया	५१
९.		बुद्धजयन्ती	५२
१०.		दशहरा	५२
११.		गुरुपूर्णिमा	५३
१२.		नागपञ्चमी	५३
१३.		जनैपूर्णिमा	५४
१४.		कृष्णाष्टमी	५५
१५.		कुशेऔंसी	५६

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

१६.	हरितालिका तीज (शिवपूजा)	५६
१७.	गणेश चतुर्थी (गणेशपूजा)	६५
१८.	पितृपक्ष (सोह्रश्राद्ध)	७६
१९.	विश्वकर्मा पूजा	७७
२०.	नवरात्र (दुर्गापूजा) र विजयादशमी	८४
२१.	शुभ-दीपावली/तिहार (लक्ष्मीपूजा)	१०४
	२१:१ काग तिहार	१०५
	२१:२ कुकुर तिहार	१०५
	२१:३ गाई तिहार/लक्ष्मी पूजा	१०६
	२१:४ गोरु तिहार	१२१
	२१:५ भ्रातृपूजा (भाइ तिहार/भाइ टीका)	१२२
२२.	कुष्माण्ड नवमी	१२७
२३.	शतबीज चतुर्दशी (बाला चतुर्दशी)	१२७
२४.	पौष आदित्यवार र सूर्यपूजा	१२७
२५.	मकरसङ्क्रान्ति (माघे सङ्क्रान्ति)	१४०
२६.	श्रीपञ्चमी (सरस्वतीपूजा)	१४१
२७.	महाशिवरात्री	१४६
२८.	फागुपूर्णिमा	१४८
२९.	चैतेदशैं (अष्टमी)	१५०
३०.	रामनवमी	१५०

खण्ड-घ : एकादशी-माहात्म्य

३१.	व्रत-आरम्भ	१५३
	३१:१ उत्पत्तिका एकादशी	१५५
	३१:२ मोक्षदा एकादशी	१५९
	३१:३ सफला एकादशी	१५९
	३१:४ पुत्रदा एकादशी	१५९
	३१:५ षट्तिला एकादशी	१५९
	३१:६ जया एकादशी	१६०
	३१:७ विजया एकादशी	१६०
	३१:८ आमलकी एकादशी	१६०
	३१:९ पापमोचनी एकादशी	१६०
	३१:१० कामदा एकादशी	१६१
	३१:११ वरुथिनी एकादशी	१६१

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३१:१२ मोहिनी एकादशी १६१
३१:१३ अपरा एकादशी १६२
३१:१४ निर्जला एकादशी १६२
३१:१५ योगिनी एकादशी १६३
३१:१६ हरिशयनी एकादशी १६३
३१:१७ कामिका एकादशी १६४
३१:१८ पुत्रदा एकादशी १६४
३१:१९ अजा एकादशी १६४
३१:२० हरिपरिवर्तनी एकादशी १६५
३१:२१ इन्दिरा एकादशी १६५
३१:२२ पापाङ्कुशा एकादशी १६५
३१:२३ रमा एकादशी १६६
३१:२४ हरिबोधिनी एकादशी १६६
३१:२५ परमा एकादशी १६७
३१:२६ पद्मिनी एकादशी १६७

खण्ड-ङ : तीर्थस्थल

३२. तीर्थ महत्त्व १६८
३२:१ नेपाल, भारत र चीनमा भएका पौराणिक तीर्थस्थल १७१
क. तीर्थराज देवघाटधाम १७२
ख. चारधाम तीर्थ- पाशुपतक्षेत्र, मुक्तिक्षेत्र, रुरुक्षेत्र, वराहक्षेत्र १७२
ग. डोलेश्वर महादेव केदारनाथधाम १७५
घ. नेपालमा भएका केही प्रसिद्ध तीर्थस्थल १७६
ङ. शक्तिपीठ, मन्दिर तथा गुफा १७७
३२:२ भारतमा पर्ने केही प्रसिद्ध तीर्थस्थल १७९
३२:३ चीनमा पर्ने केही प्रसिद्ध तीर्थस्थल १८३

खण्ड-च : विविध विषय-परिचय

३३. वेद १८५
३४. बगलामुखी १८७
३५. महामृत्युञ्जय मन्त्र १८९
३६. रुद्री १८९
३७. वीर हनुमान् १९०
३८. वैदिकधर्ममा पूतकर्म १९१

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३९.	पञ्चमहायज्ञ	१९२
४०.	जन्मदिन	१९३
४१.	अष्टमातृका र अष्टभैरव	१९४
४२.	श्रीविष्णुपञ्चक महाव्रत	१९५
४३.	विष्णु अवतार	१९५
४४.	राशि र ग्रह	१९६
४५.	सप्तवार व्रत	२००
४६.	शालग्राम	२०२
४७.	सर्वतीर्थमयी मुक्तिदायिनी गोमाता (गाई)	२०४
४८.	तुलसी	२०६
४९.	बेल	२०८
५०.	जौ, तिल र कुश	२०९
५१.	पारिजात	२०९
५२.	पीपल	२१०
५३.	रुद्राक्ष	२११
५४.	गोत्रपरिचय	२१४

खण्ड–छ : परिशिष्ट

५५.	परिशिष्ट		
	५५:१	गायत्री कवच	२१७
	५५:२	बगलामुखी कवच एवं स्तोत्रम्	२१९
	५५:३	हनुमानचालिसा	२२३
	५५:४	शालग्रामस्तोत्रम्	२२५
	५५:५	तुलसीस्तोत्रम्	२२७
	५५:६	नवग्रहस्तोत्रम्	२२९
	५५:७	जन्मोत्सवगान	२३०
	५५:८	गणेश आरती	२३०
	५५:९	शिव आरती	२३१
	५५:१०	जगदीश आरती	२३२
	५५:११	दुर्गा आरती	२३३
	५५:१२	शुभयात्रा साइत	२३५
५६.	सन्दर्भ सामग्री		२३६

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

खण्ड : क

आधारभूत ज्ञान

१. शब्दभण्डार

मानिस चेतनशील प्राणी हो । त्यसैले उसलाई शिक्षादीक्षा, धनसम्पत्ति, प्रेम, भाव आदि सबै चाहिन्छन् । यद्यपि आ-आफ्नो क्षेत्रमा ज्ञान पनि भएको हुन्छ, तर सबै विषयगत क्षेत्रको ज्ञान हुँदैन । यो पुस्तक अध्ययन गर्दा कष्ट नहोस् भनी केही संस्कृत, तत्सम, साहित्यिक, आगन्तुक शब्दहरूको अर्थ यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ । पुस्तकको अध्ययन गर्नुअगाडि यी शब्दलाई अध्ययन गरेमा अवश्य सजिलो हुनेछ ।

त्रिगया - गया (चरण), नैमिषारण्य (नाभि), बद्रीनारायण (शिर)

त्रिनेत्र - चन्द्र, सूर्य, अग्नि

त्रिस्थल - काशी, गया, प्रयाग

त्रिकाल - भूत, वर्तमान, भविष्यत्

त्रिगुण - सात्विक, राजस, तामस

तिलानी जल - जौ, तिल, कुश मिसाएको कर्मपात्रको जल

चार धाम - बद्रीनाथ (सत्ययुग-उत्तर) रामेश्वर (त्रेतायुग-दक्षिण) द्वारका (द्वापरयुग-पश्चिम) जगन्नाथपुरी (कलियुग-पूर्व)

चार वेद - ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद, अथर्ववेद

चार उपवेद - अर्थशास्त्र, धनुर्वेद, गान्धर्ववेद, आयुर्वेद

चतुर्लिङ्ग - ज्योतिर्लिङ्ग, स्थावरलिङ्ग, आकाशलिङ्ग, बाणलिङ्ग

चार आश्रम - ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ, सन्न्यास

चारयुग - सत्य, त्रेता, द्वापर, कलि

चार उपाय - साम, दाम, दण्ड, भेद

चार देवता - माता, पिता, गुरू, अतिथि

पञ्चकन्या - अहिल्या, द्रौपदी, तारा, कुन्ती, मन्दोदरी

पञ्चदेवता पाठ - गणेशसहस्रनाम, विष्णुसहस्रनाम, शिवसहस्रनाम, सप्तशती (चण्डी), आदित्यहृदय

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पञ्चोपचार	-	चन्दन, फूल, धूप, बत्ति, नैवेद्य
पञ्चपल्लव	-	डुम्री, आँप, वर, पीपल, पाखरी
पञ्चामृत	-	दूध (गाई) ६० प्रतिशत, दही ५ प्रतिशत, घ्यू ५ प्रतिशत, मह १० प्रतिशत, चिनी २० प्रतिशत
पञ्चगव्य	-	गाईको गहुँत ५ प्रतिशत, दही २० प्रतिशत, घिउ १० प्रतिशत, गोबर ५ प्रतिशत, दूध ६० प्रतिशत
पञ्चपात्र	-	पाद्य, अर्घ्य, आचमनीय, पुर्नआचमनीय, स्नानीय जल राख्ने भाँडा
पञ्चतत्त्व	-	पृथ्वी, जल, तेज, वायु, आकाश
पञ्चधातु	-	सुन, तामा, चाँदी, पित्तल, फलाम
पञ्चरत्न	-	सुन, चाँदी, मूगा, पुवालो, मोती
पञ्च महायज्ञ	-	वेदपाठ, तर्पण, वलि, वैश्वदेव, अतिथि सत्कार
पञ्चबलि	-	राँगो, बोको, भेडो, हाँस, कुखुरो (तान्त्रिक)
पञ्चबलि	-	कुभिन्डो, नरिवल, उखु, श्रीफल (काँचो नरिवल), बेल (वैदिक)
पञ्चस्नान	-	दुई हात, दुई खुट्टा, मुख (अनुहार)
पञ्चाङ्ग देवता	-	शिव, विष्णु, सूर्य, देवी, गणेश
षड्शत्रु	-	काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मात्सर्य
षड्रस	-	गुलियो, अमिलो, पीरो, नुनिलो, तीतो, टर्रो
षड्वेदाङ्ग	-	शिक्षा, कल्प, व्याकरण, ज्योतिष, छन्द, निरूक्त,
सप्तमातृका	-	ब्राह्मी, माहेश्वरी, कौमारी, वैष्णवी, वाराही, इन्द्राणी, चामुण्डा
सप्तर्षि	-	कश्यप, अत्रि, भारद्वाज, विश्वामित्र, गौतम, जमदग्नि, वशिष्ठ
सप्तरङ्ग	-	रातो, कालो, सेतो, नीलो, पहेँलो, हरियो, गुलाबी
सप्तगङ्गा	-	गङ्गा, यमुना, नर्मदा, सरस्वती, गोदावरी, सिन्धु, काबेरी
सप्तधान्य	-	धान, गहुँ, जौ, तिल, मास, मुग, कागुनु
सप्तमृत्तिका	-	घोडाको टापको, हात्तीको पाइलाको, धमिराको

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गोलाको, चौबाटोको, दहको पिंधको, गाइको गोठको, राजाको ढोकाको माटो ।

सप्तधातु - सुन, तामा, चाँदी, पित्तल, फलाम, राङ्ग, सीसा

सप्तपुरी - अयोध्या, मथुरा, काशी, काञ्ची, माया, अवन्तिका, द्वारावती

सप्तद्वारमातृका - नन्दा, नन्दिनी, वाशिष्ठी, वसुदेवा, भार्गवी, जया, विजया

अष्टनाग - अनन्त, वासुकी, पद्म, महापद्म, तक्षक, कुलीर, कर्कट, शङ्ख

अष्टपर्वत - सुमेरू, कैलाश, हिमालय, गन्धमादन, त्रिकूट, चित्रकूट, चन्द्रावर्त, मरूत

अष्टदिशा - पूर्व, आग्नेय, दक्षिण, नैऋत्य, पश्चिम, वायव्य, उत्तर, इशान

अष्टलक्ष्मी - धनलक्ष्मी, धान्यलक्ष्मी, ऐश्वर्यलक्ष्मी, अधिलक्ष्मी, विद्यालक्ष्मी, गजलक्ष्मी, वीरलक्ष्मी, सन्तानलक्ष्मी

अष्टगन्ध - श्रीखण्ड, अगरू, कपूर, कस्तूरी, गोरोचन, कुंकुम, हात्तीको मद, लाक्षरस

अष्टचिरञ्जीवी - मार्कण्डेय, बलि, व्यास, हनुमान, विभीषण, कृपाचार्य, अश्वत्थामा, परशुराम

अष्टमहादान - तिल, फलाम, सुन, कपास, नुन, गाई, सप्तधान्य, जमिन

अष्टाङ्ग प्रणाम - **जानुभ्यां च तथा पद्भ्यां पाणिभ्यामुरसा धिया ।**
शिरसा वचसा दृष्ट्या प्रणामोऽष्टाङ्ग ईरितः ।।
शिरले, दृष्टिले, छातीले, मनले, वचनले, हातले, पाउले, घुँडाले प्रणाम गर्नु अष्टाङ्ग प्रणाम हो ।

अष्टवसु - ध्रुव, अध्वर, सोम, अनिल, अनल, आप, प्रत्युष, आभाष

अष्टसिद्धि - अणिमा, महिमा, गरिमा, लघिमा, प्राप्ति, प्रकाम्य, इशित्व, वशित्व

नवदुर्गा - शैलपुत्री, ब्रह्मचारिणी, चन्द्रघण्टा, कुष्माण्डा,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

स्कन्दमाता, कात्यायनी, कालरात्री, महागौरी, सिद्धिदात्री

नवग्रह - सूर्य, चन्द्र, मङ्गल, बुध, गुरू, शुक्र, शनि, राहु, केतु

नवधाभक्ति - श्रवण (ईश्वरको नाम/कथा सुन्नु), कीर्तन (भजन गर्नु), अर्चना (पूजा गर्नु), वन्दना (नमस्कार गर्नु), पादसेवा (सेवा गर्नु), स्मरण (सम्झना गर्नु), आत्मनिवेदन (बिन्ती गर्नु), दासत्व (सेवक बन्नु), सख्य (मैत्री गर्नु)

नवरत्न - माणिक्य, मोति, मुँगा, पन्ना, पुष्पराज, नीलम, गोमेद, वैदूर्य, सुवर्ण

नवखण्ड - इलावृत, रम्यक, हिरण्मय, कुरू, हरि, भारत, केतुमाल, भद्राश्व, किंपुरूष (पृथ्वीका नौ खण्ड)

नवग्रहसमिधा - पलाश, आँक, खयर, अपामार्ग, पीपल, डुम्री, शमी, दुवो, कुश

दश अवतार - **मत्स्यः कूर्मो वराहश्च नरसिंहोऽथ वामनः ।**
रामो रामश्च कृष्णश्च बुद्ध कल्की च ते दश ।।
मत्स्य, कूर्म, वराह, नृसिंह, वामन, परशुराम, रामचन्द्र, श्रीकृष्ण, बुद्ध, कल्की

दश इन्द्रिय - कान, छाला, आँखा, जिब्रो, नाक (ज्ञानेन्द्रिय) हात, गोडा, गुदा, लिङ्ग वा योनि (कर्मेन्द्रिय)

दश दिक्पाल - इन्द्र, अग्नि, यम, नित्रृति, वरूण, वायु, कुबेर, ईशान, ब्रह्मा, अनन्त

दश दान - गाई, तिल, भूमि, सुन, घ्यू, वस्त्र, गुड, चाँदी, नून, धान

दशमहाविद्या देवी- तारा, मातङ्गी, दुर्गा, चामुण्डा, बगलामुखी, भुवनेश्वरी, काली, भैरवी, छिन्नमस्ता, धूमावती

एकादश शिव - वीरभद्र, शम्भु, गिरीश, अहिर्बुध्न्य, पिनाकी, कपाली, विशाम्पति, स्थाणु, ईश्वर, अपराजित, दिशाम्पति

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

द्वादश महिनाका देवता- मधुसूदन, त्रिविक्रम, वामन, श्रीधर, हृषीकेश, पद्मनाभ, दामोदर, केशव, नारायण, माधव, गोविन्द, विष्णुनाभ

द्वादश ज्योतिर्लिङ्ग - मल्लिकेश्वर, सोमनाथ, महाकाल, ओङ्कारेश्वर, वैद्यनाथ, भीमशङ्कर, रामेश्वरस्थान, नागेश्वर, विश्वेश्वर, चन्द्रकेश्वर, केदारनाथ, धृष्णेश्वर ।

यसलाई श्लोकमा यसरी लेखिएको छ :-

सौराष्ट्रे सोमनाथं च श्रीशैले मल्लिकार्जुनम्
उज्जयिन्यां महाकालमोङ्कारममलेश्वरम् ।
परल्यां वैद्यनाथं च डाकिन्यां भीमशङ्करम्
सेतुबन्धे तु रामेशं नागेशं दारुकावने ।
वाराणस्यां तु विश्वेशं त्र्यम्बकं गौतमीतटे
हिमालये तु केदारं घुश्मेशं न च शिवालये ।
एतानि ज्योतिर्लिङ्गानि सायं प्रातः पठेन्नरः
सप्तजन्मकृतं पापं स्मरणेन विनश्यति ।

षोडश दान - भूमि, आसन, जल, वस्त्र, सुन, चाँदी, अन्न, गाई, दियो, ताम्बूल, छाता, द्रव्य, फूलमाला, खराउ, शैया, फल

षोडशोपचार - आवाहन, आसन, अर्घ्य, आचमन, पञ्चामृत, स्नान, वस्त्र, यज्ञोपवीत, चन्दन, अक्षता, फूल, धूप-दीप, नैवेद्य, ताम्बुल, प्रदक्षिणा, पुष्पाञ्जलि, प्रणाम

षोडशमातृका - गौरी, पद्मा, शची, मेधा, सावित्री, विजया, जया, देवसेना, स्वधा, स्वाहा, मातर, लोकमातर, धृष्टि, पुष्टि, तुष्टि, कुलदेवता ।

षोडशकला (चन्द्रमा) - अमृता, मानदा, पूषा, तुष्टि, रति, धृति, राशिनी चन्द्रिका, कान्ति, ज्योत्स्ना, श्री, प्रीती, अङ्गदा, पूर्णा, ...

षोडशयोगिनी - दिव्ययोगा, महायोगा, सिद्धयोगा, माहेश्वरी, कालरात्री, हुङ्कारी, भुवनेश्वरी, विश्वरूपा,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कामाक्षी, हस्तिनी, मन्त्रयोगिनी, चक्रिणी, शुक्ला, शंखिनी, पद्मिनी, वैशाली

अष्टादश पुराण - **मद्वयं भद्वयं चैव ब्रत्रयं व चतुष्टयम् ।**
अनापलिङ्गकुस्कानि पुराणानि प्रचक्षते ।।

(दशाष्टकम् देवीभागवत)

१.	मत्स्यपुराण	:	१४००० श्लोक, २९१ अध्याय
२.	मार्कण्डेय पुराण	:	९००० श्लोक
३.	भविष्यपुराण	:	२८००० श्लोक, ५८५ अध्याय
४.	श्रीमद्भागवत	:	१८००० श्लोक, १२ खण्ड (प्राप्त १४,०६३ मात्र)
५.	ब्रह्मपुराण	:	१४००० श्लोक, २४६ अध्याय
६.	ब्रह्माण्डपुराण	:	१२००० श्लोक, १५६ अध्याय
७.	ब्रह्मवैवर्तपुराण	:	१८००० श्लोक २६६ अध्याय
८.	वराहपुराण	:	२४००० श्लोक, २१७ अध्याय (प्राप्त १०,००० मात्र)
९.	वामन पुराण	:	१०००० श्लोक
१०.	वायुपुराण	:	२४००० श्लोक, ९६ अध्याय
११.	विष्णुपुराण	:	६००० श्लोक, १२६ अध्याय
१२.	अग्निपुराण	:	१६००० श्लोक, ३८३ अध्याय
१३.	नारदपुराण	:	२५००० श्लोक, २०६ अध्याय (प्राप्त १८००० मात्र)
१४.	पद्मपुराण	:	५५००० श्लोक
१५.	लिङ्गपुराण	:	११००० श्लोक, १०८ अध्याय
१६.	गरूडपुराण	:	१९००० श्लोक, (प्राप्त ७००० मात्र)
१७.	कूर्मपुराण	:	६००० श्लोक
१८.	स्कन्दपुराण	:	८११०० श्लोक, ७ खण्ड

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अष्टादश उपपुराण -

आद्यं सनत्कुमारोक्तं नारसिंहमतः परम् ।
तृतीयं नारदं प्रोक्तं कुमारेण तु भाषितम् ।।
चतुर्थं शिवधर्माख्यं साक्षान्नन्दीशभाषितम् ।
दुर्वाससोक्तमाश्चर्यं नारदोक्तमतः परम् ।।
कापिलं मानवं चैव तथैवोशनसेरितम् ।
ब्रह्माण्डं वारुणं चाथ कालिकाह्वयमेव च ।।
माहेश्वरं तथा साम्बं सौरं सर्वार्थसञ्चयम् ।
पराशरोक्तं प्रवरं तथा भागवतद्वयमर ।। (विष्णुपुराण)

सनत्कुमार उपपुराण, नृसिंह उपपुराण, गणेश उपपुराण, नारद उपपुराण, दुर्वासा उपपुराण, कपिल उपपुराण, मानव उपपुराण, उशना उपपुराण, ब्रह्माण्ड उपपुराण, कालिका उपपुराण, साम्ब उपपुराण, नन्दी उपपुराण, सूर्य उपपुराण, माहेश्वर उपपुराण, पराशर उपपुराण, आदित्य उपपुराण, वशिष्ठ उपपुराण, देवीभागवत।

तेत्तीसकोटि देवता (३३) - अष्टवसु-८, एकादशरूद्र-११, द्वादशादित्य-१२, वषट्कार १, प्रजापति-१

चौरासीलाख योनी - जलचर : ९ लाख, मनुष्य : ४ लाख, पक्षी : १० लाख, किरा : ११ लाख, पशु : २३ लाख, वृक्ष : २७ लाख

पाठादि पुस्तक - चण्डी, रूद्री, वेद, गीता, मृत्युञ्जय, वटुकभैरव, पञ्चायन, शान्तिकाव्य, रामायण, भागवत, कवच एवं स्तोत्रहरू

सौभाग्य द्रव्य - चुरा, पोते, टीका, सिन्दूर, गाजल, बट्टा, ऐना, काइँयो, धागो, वस्त्र

॥ॐ॥

श्रीकृष्ण गोविन्द हरे मुरारे ।
हे नाथ ! नारायण वासुदेव ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

२. आचारसंहिता

हिन्दु-संस्कृति शास्त्रीय विधिहरूमा आधारित परम्परा भएकोले सदैव यसले परापूर्वकालदेखि यस धर्तीमा उच्च मान्यता पाइरहेको छ। जन्मेदेखि मृत्युसम्म मानिस विभिन्न कार्यहरूमा व्यस्त रहन्छ । त्यस्ता कार्य के के र कुन कुन गरिँदै छ, ती असल वा खराब, पाप, अपराध मोक्ष प्राप्ति वा नरक कुण्ड के हो भन्ने जान्न अत्यन्त आवश्यक छ। धर्मशास्त्रमा शास्त्रको प्रमाणमुताविक चल्ने वा काम गर्ने व्यक्तिलाई मात्र मानिस मानेको छ :

मतयो यत्र गच्छन्ति तत्र गच्छन्ति वानराः ।
शास्त्राणि यत्र गच्छन्ति तत्र गच्छन्ति वै नराः ।।

अर्थात् शास्त्रअनुसार समाजमा रहने शास्त्रका नीति नियम अनुसरण गर्ने व्यक्ति मानिस हो भने मनले जे इच्छा गर्छ, त्यही गर्ने व्यक्ति वानर हो ।

प्रवृत्तिं च निवृत्तिं च जना न विदुरासुराः मनोमानी तरिकाले आचरण गर्ने व्यक्तिलाई राक्षस भनिन्छ भनेर गीतामा पनि भनिएको छ।

वर्तमान समयमा उच्च शिक्षा र रोजगारीका सिलसिलामा मानिसलाई आफ्नो जन्मस्थल, जन्मदाता, कर्मदाता, कुल-वंशका मान्यजनहरूबाट टाढा रहनुपर्ने बाध्यता रहेको छ । टाढा रहँदा हाम्रा धर्मशास्त्र, पुराणहरू अध्ययन गर्ने इच्छा हुँदाहुँदै पनि गर्न नसक्ने अवस्थामा आफ्नो धर्म, संस्कृतिको ज्ञान थोरै भए पनि होस् भन्ने उद्देश्यले केही अंशहरू यहाँ साभार गरिएका छन् ।

(क) पितृकार्यसम्बन्धी

आफूलाई जन्म दिने माता-पिता र उहाँहरूका पनि माता पिताहरू आजीवन हामीसँग रहनुहुन्न भन्ने कुरा सर्वविदित नै छ । उहाँहरूको देहासवान भैसकेपछि दिनको सम्झनामा गरिने कार्य नै पितृ कार्य हो । धार्मिक परम्परामा यस दिनलाई निकै महत्त्वपूर्ण रूपमा लिइन्छ र उहाँहरूको स्मरण गर्दै एकोदिष्ट (वैकुण्ठवास भएको दिनमा गरिने

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कार्य र श्राद्ध (सोही तिथिअनुसार आश्विनकृष्ण पक्षका १६ दिन वा घटस्थापना भन्दा १६ दिन अगाडिदेखि) गरिन्छ । हुन त अन्य समयमा पनि उहाँहरूको स्मरणमा श्रीमद्भागवत, पुराणवाचन जस्ता कार्यहरू गरिन्छ । यस्ता कार्यहरू गर्दा ध्यान दिनुपर्ने सामान्य कुराहरू सरल नेपाली भाषामा यहाँ विभिन्न धर्मशास्त्रहरूबाट साभार गरिएका छन् ।

भक्त्या तुष्यन्ति पितरस्तुष्टाः कामान्वितन्वते ।
पुत्रं पौत्रं धनं धान्यं कामान्यन्मनसेच्छति ।।
भक्त्या चाराधितो दद्यान्नृणां प्रीतः पितामहः । (पद्मपुराण)

अर्थात् श्राद्धद्वारा प्रसन्न भएका पितृले आफ्ना सन्तानलाई पुत्र, धन, विद्या, आयु, आरोग्य, लौकिक सुख तथा मोक्ष तथा स्वर्ग प्रदान गर्दछन् ।

- तीर्थमा गएर स्नान गर्न, तर्पण दिन वा श्राद्ध गर्न सबै समय उपयुक्त हुन्छ । (पद्मपुराण)
- श्राद्ध बिहानै, साँझ र चतुर्दशीको दिन गर्नु हुँदैन । चतुर्दशीको दिन श्राद्ध गर्नाले कुसन्तान वा अपाङ्ग सन्तान जन्मिने दोष पर्दछ तर जसका पितृ युद्धमा वा हतियारद्वारा अकाल मृत्यु भएको छ उनका लागि भने राम्रो हुन्छ । (कुर्मपुराण)
- भित्री-बाहिरी मन/शरीरको शुद्धि गर्नु, कसैसँग पनि नरिसाउनु वा झैझगडा नगर्नु र हतारमा श्राद्ध नगर्नु श्राद्ध दिनका मुख्य कर्म हुन् । (स्कन्दपुराण)
- श्राद्ध एकान्त र गोप्य रूपमा आफ्नो वा आफूले पैसा तिरेको ठाउँमा मात्र गर्नुपर्दछ तर पर्वत, जङ्गल, पुण्यतीर्थ र देवमन्दिर भने सधै पवित्र रहन्छन् । (कूर्मपुराण)
- श्राद्धमा ब्राह्मणको तृप्ति नै पितृको तृप्ति हुन्छ । (स्कन्दपुराण)
- श्राद्ध गर्दा दुश्मन नै भए पनि नजिकै रहने भान्जा-भान्जी, दिदीबहिनी, भिनाजु-ज्वाई तथा भाइलाई निमन्त्रणा नगरी गरेमा पितृ रूष्ट हुन्छन् । (स्कन्दपुराण)
- श्राद्धको दिनमा घरमा अचानक आएका भिक्षुक, ब्रह्मचारी तथा इष्टमित्रलाई पनि केही न केही भोजन गराउनु अनिवार्य हुन्छ । (कूर्मपुराण)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- श्राद्धको समयमा कुखुरा, हाँस, सुँगुर, कुकुर, बिरालो तथा अपवित्र, नग्न, धूर्त, रजस्वला स्त्री, पाखण्डी आदिसँग निकै टाढा रहनुपर्दछ वा राख्नुपर्दछ । (कूर्मपुराण)
- एक खुरवाला पशु (उँटनी, भेँडी, मृगी, भैँसी, चौरी गाई) तथा दश दिन नभएको सुत्केरी गाई, भैसीको दूध वा मागेर (बिनापैसा) ल्याएको दूध श्राद्धमा चल्दैनन् । (मार्कण्डेय पुराण)
- प्याज, लसुन, राजमास, मुसुरो, अरहर, गोलभेँडा, गाजर, कुम्हडा, गोलो लौका, भान्टा, शलगम, पिप्पली, सुपारी, पान, पहेँलो सरसो, चना आदि वस्तुहरू श्राद्धमा वर्जित हुन्छन् । (पद्मपुराण, कूर्मपुराण, विष्णुपुराण)
- श्राद्धकर्ताले शरीरमा तेल लगाउन, दिनमा सुत्न र रातमा मैथुन गर्नसमेत एक दिन अगाडिबाट नै छोड्नुपर्दछ । (नारदपुराण)
- श्राद्धमा कालो तील जति धेरै प्रयोग गर्‍यो उति राम्रो हुन्छ भने सेतो तिल चल्दैन । (महाभारत)
- पितृकार्यमा चाँदीको कर्मपात्र, अर्घपात्र, पिण्डपात्र तथा भोजनपात्र पनि प्रयोग हुनु अति उत्तम मानिन्छ । (पद्मपुराण)
- जुन मानिस (एकछाकीको दिन वा रातमा) मैथुन गरी पितृतर्पण गर्दछ, त्यो जल रगत समान हुन्छ ऊ नरकमा जान्छ । (ब्रह्मवैवर्तपुराण)
- जुन मानिस आफ्नो हातको अङ्गुठामा चाँदीको औँठी लगाएर पितृतर्पण गर्दछ, उसले लाखगुना अधिक फल र अङ्गुठामा सुनको औँठी लगाई गर्दछ, उसले करोड गुना अधिक फल पाउँदछ । (पद्मपुराण)
- आफ्नो घरमा श्राद्ध गरेर भोजन गरी फेरि अरूको घरमा भोजन गर्दछ भने पापको भागीदार भई श्राद्धको फल मिल्दैन । (स्कन्दपुराण)
- वस्त्रविना कुनै यज्ञ, देवकार्य र पितृकार्य पूर्ण हुँदैन, तसर्थ रेसम, सूती वा कपासको कपडा (ऊनी र पाट कपडाबाहेक) दान गर्नाले पितृ अति प्रसन्न हुन्छन् । (ब्रह्मपुराण)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- ❋ श्राद्धको पिण्ड ब्राह्मण, गाई वा बाखालाई खुवाउनु अथवा अग्नि वा जलमा प्रवाह गर्नुपर्दछ। (मनुस्मृति)
- ❋ श्राद्धकर्ता वा पत्निको असल सन्तान (पुत्र) को इच्छा छ भने मध्यम पिण्ड वा पितामहको अर्पित पिण्ड "**आद्यत पितरो गर्भकुमारं पुष्करसुजम्**" मन्त्र उच्चारणपूर्वक श्रीमतीलाई खान दिनु, (महाभारत)
- ❋ भोगको इच्छा राख्ने पुरूषले पिण्ड अग्निमा राख्नु, सौभाग्य वा उत्तरोत्तर प्रगतिको चाहना राख्नेले पिण्ड गौमातालाई खुवाउनु, प्रज्ञा, यश वा कीर्तिको इच्छा राख्नेले पिण्ड जलमा प्रवाह गर्नु, दीर्घ आयुको कामना छ भने पिण्ड कागलाई खुवाउनु, कार्तिकेय लोकमा जाने इच्छा छ भने दक्षिण दिशातर्फ मुख गरेर सबै पिण्ड आकाशतर्फ फ्याँकिदिनु पर्दछ किनकि पितृको स्थान दक्षिण दिशाको आकाशमा हुन्छ। (ब्रह्मपुराण, स्कन्दपुराण)
- ❋ औँसीको पितृश्राद्धमा गरिएको दही मन्थन (मही पार्नु) बाट भएको मही मदिरासरह वा घ्यू गाईको मासुसरह मानिन्छ।
(व्याघ्रपादस्मृति, स्कन्दपुराण)
- ❋ श्राद्धकार्यमा हरहमेसा दुई हातको प्रयोग गरी दान, तर्पण गर्नुपर्दछ। (पद्मपुराण, ब्रह्मपुराण, मत्स्यपुराण, नारदपुराण)
- ❋ पूर्णिमा र चतुर्दशीको श्राद्ध द्वादशी वा औँसीको दिनमा गर्नुपर्दछ।
(धर्मसिन्धु)

(ख) वास्तुशास्त्रमा आधारित तथ्य

हिन्दु परम्पराअनुसार आफू बस्ने घरमा ईश्वरको पनि निवास हुन्छ तब मनुष्यलाई सुख, शान्ति र समृद्धिको अनुमति मिल्दछ भने परम्परागत मान्यता रहिआएको छ। विभिन्न ऋषि मुनिहरूले आफ्ना नीतिशास्त्रहरूमा उल्लेख गरेका विषयहरूलाई यहाँ बुँदागत रूपमा साभार गरिएका छन्।

- ❋ बन्द भएको वा बिग्रेको घडी भित्तामा राख्नु अशुभ मानिन्छ।
- ❋ घरमा झाडु, कुचो सबैले देख्ने ठाउँमा उत्तानो पारेर राख्नु अशुभ मानिन्छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- ❋ खाना खाने थालीमा अन्न छोड्नाले वा फ्याँक्नाले अन्नदेव दुःखी हुनुहुन्छ ।
- ❋ अग्निदेव (आगो) लाई खुट्टाले कुच्नु रोग निम्त्याउनु हो ।
- ❋ घरको भित्तामा वा छतमा उम्रेको पीपलको रूख अशुभ हुन्छ ।
- ❋ बीमको सिधा तल शिर गरेर सुत्नु वा कार्यालय प्रमुखको कुर्ची राख्नु हुँदैन ।
- ❋ घरमा वा भान्सामा टुटेफुटेका सामग्री वा भाँडा राख्नु हुँदैन ।
- ❋ घरमा पानी धारा, पानी ट्याङ्की चुहिनुले धन वा सौभाग्यमा नोक्सान हुन्छ ।
- ❋ एउटै भगवान्का धेरै मूर्ति राखेर पूजा गर्नु हुँदैन ।
- ❋ घरको मूलद्वारको दायाँ-बायाँ तुलसीको बोट वा महिरी हुनु उत्तम मानिन्छ ।
- ❋ त्रिशक्ति (स्वस्तिक, ओम, त्रिशूल) घरमा राख्नु, वाहनमा राख्नु वा शरीरमा धारण गर्नु भाग्यशाली वा शुभ मानिन्छ ।
- ❋ उडेको चिल, सिक्का माथि बसेको मुनगुस र त्यसमाथि बसेको बच्चा कछुवा (उत्तरदिशामा) दौडिरहेको घोडाको जोडी, बाँसको बोट (बगैंचामा), मुखमा सिक्का टोकेको भ्यागुतो, लाफिङ्ग बुद्ध, चुम्बन गरेका परेवा वा लभवर्डको जोडी, हात्ती, श्रीयन्त्र पिरामिड, दाहिने शङ्ख आदिको फोटो वा मूर्ति घर वा कोठामा राख्नाले लाभदायक हुन्छ ।
- ❋ दाम्पत्य जीवनमा सुख, शान्ति र प्रेमको लागि श्रीकृष्ण भगवान्को शिरमा मुकुट, हातमा बाँसुरी लिएको फोटोमा राधाले लाडिएर श्रीकृष्णलाई समाती उभिएको फोटो वा मूर्तिराख्नु पर्दछ । धुप-बत्ती गर्दा अति उत्तम हुन्छ ।
- ❋ स्त्री गर्भवती भएको समयमा राम्रा हँसिला बच्चाको फोटो देखाउनु धार्मिक कथा सुनाउनु, भजन किर्तनमा मन लगाउनु राम्रो हुन्छ ।
- ❋ झरना, समुद्र वा बगेको पानीको तस्वीर शुभ मानिँदैन ।
- ❋ बिछौनामा सुत्दा उत्तर शिर गरेर सुत्नु अशुभ हुन्छ ।
- ❋ विद्यार्थीहरूको लागि पूर्व शिर गरेमा सरस्वती प्रसन्न हुन्छिन् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

✻ बिछ्यौनामा वा कोठामा, वा जन्मबारको दिनमा रौं, नङ काट्नु अशुभ हुन्छ ।

✻ श्रीमती रजस्वला भएको समयमा चौथो दिन स्नानपछि सामान्य शुद्धि भए पनि पाँच दिनसम्म पूजा-पाठ तथा अन्य शुभ कर्म गर्नु बन्देज हुन्छ भने पञ्चाङ्ग देवता, नागदेवता र पितृ तर्पण गर्ने व्यक्तिले छ दिनसम्म पूजा कर्म गर्नु हुँदैन ।

✻ स्त्री रजस्वलापछि जौ, तिल मिसाएको पानी र सुनपानी वा आफन्तको मरणपछि गहुँत खानु, पुरूषले जनै फेर्नु अति आवश्यक हुन्छ ।

✻ तिथिका हिसाबले पितृकार्य लाग्दो तिथि र देवकार्य वा उपासना छोड्दो तिथिमा गर्नुपर्दछ ।

विविध

✻ शिरमा लगाएर बचेको तेल हात, शरीरका अन्य अङ्गमा लगाउनु हुँदैन । (कूर्मपुराण)

✻ टुटेको वा फुटेको भाँडामा खानु वा प्रयोग गर्नु हुँदैन । (कूर्मपुराण)

✻ सूर्यग्रहण र चन्द्रग्रहण लागेको समयमा भोजन गर्नुहुँदैन । (देवीभागवत)

✻ अत्यधिक भोजन गर्नु र रात्रिमा भरपेट भोजन गर्नु हानिकारक हुन्छ। (स्कन्दपुराण)

✻ लक्ष्मी (धन) चाहने मनुष्यले भोजन गर्दा दूधसँग पनि गर्नु अनिवार्य हुन्छ । (महाभारत)

✻ दुवै हातले कन्याउनु एवं खुट्टाले अर्को खुट्टा कुचेर उभिनु वा धुनु अशुभ हुन्छ । (कूर्मपुराण)

✻ आत्महत्या गर्नेको मरणाशौच पूर्ण लाग्दैन । (याज्ञवल्क्यस्मृति, विष्णुस्मृति, गरूडपुराण)

✻ न्यायपूर्वक आर्जेको धनको दस प्रतिशत भाग धार्मिक क्षेत्रमा खर्च गर्नुपर्दछ । (स्कन्दपुराण)

✻ आफू स्वयं गएर दिएको दान उत्तम, आफ्नो घरमा बोलाएर

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

दिएको दान मध्यम, मागेर दिएको दान अधम तथा कुनै कार्य गराएर दिएको दान निष्फल हुन्छ । (पराशरस्मृति)

❋ दुःखी, अपाङ्ग, निर्धन, अनाथ तथा रोगी मनुष्यलाई दिएको धन महान पुण्यमयी हुन्छ । (विष्णुधर्मोत्तर)

❋ गौदान, सुवर्णदान, चाँदीदान, रत्नदान, विद्यादान, तिलदान, कन्यादान, हात्तीदान, घोडादान, शैंयादान, वस्त्रदान, भूमिदान, अन्नदान, दूधदान, छत्रदान तथा आवश्यक सामग्रीसहित गृहदान यी सोह्रवस्तुको दान नै 'महादान' भनिन्छ । (स्कन्दपुराण)

❋ पति-पत्नी एकै थालमा भोजन गर्नु हुँदैन । (कूर्मपुराण)

❋ मनुष्य जसले दिशा-पिसाब त्याग गरेपछि पुनः हेर्छ, चिसो खुट्टा सुत्छ, खुट्टा नधोईकन सुत्छ वा खुट्टाले खुट्टा धुन्छ, निर्वस्त्र सुत्दछ, सूर्योदय र सन्ध्याकालमा सुत्दछ, शरीरमा फोहोर थुपार्छ, फोहोर वस्त्र लगाउँछ, यस्तो मनुष्यको घरमा लक्ष्मी आउँदिनन् । (ब्रह्मवैर्वतपुराण)

❋ आत्महत्या गर्ने मानिस सात हजार वर्षसम्म अन्धतामिस्र नरकमा बस्नुपर्दछ । (पराशरस्मृति)

❋ ब्रह्महत्याबाट जुन पाप लाग्दछ, त्यसको दुईगुना पाप गर्भपतन गर्नाले लाग्दछ, यस महापापको कुनै प्रायश्चित पनि हुँदैन । (पराशरस्मृति)

❋ यदि अज्ञानवश सगोत्री वा स-पिण्डी (आमाको तर्फबाट पाँच पुस्ता र पिताको तर्फबाट सात पुस्ता) कन्यासँग विवाह भएमा उसलाई भोग नगरी मातासरह व्यवहार गर्नु, व्रत गरी प्रायश्चित गर्नु र पालनपोषण गर्नुपर्दछ । (निर्णयसिन्धु)

❋ यदि कुनै स्त्रीले पतिको आज्ञाविना नै कुनै व्रत-उपवास गर्दछे भने त्यसको उचित फल प्राप्त हुँदैन ।
(पराशरस्मृति, अत्रिसहिता, विष्णुस्मृति, शिवपुराण, स्कन्दपुराण)

❋ यदि स्त्री पतिको आज्ञाअनुसार चल्दछे भने श्रीमान्‌को पुण्यको आधा भाग प्राप्त हुन्छ । (शङ्खस्मृति)

❋ पुरूषले यत्नपूर्वक स्त्रीको रक्षा गर्नुपर्दछ । स्त्रीको रक्षा भई खुसी

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

हुँदा मात्र सन्तान, आचरण, कुल, आत्मा र धनको रक्षा हुन्छ। (मनुस्मृति, स्कन्दपुराण)

❋ आफ्नी प्रिया/पत्नीको भनाइमा मात्र विश्वास गरेर आमा, भाइ-भतिज, बुहारीलाई आफूले अनुभव नगरेसम्म अपराधी वा दोषी नसम्झनु। (शुक्रनीति)

❋ परस्त्री त के-कुरो आफ्नै दिदीबहिनी, छोरी, भान्जी तथा आमाको साथ पनि कहिल्यै एकान्त स्थानमा रहनु उचित हुँदैन किनभने वलवान् इन्द्रिय समूहले विद्वान्लाई पनि वशमा लिन्छ। (वामनपुराण, मनुस्मृति, स्कन्दपुराण)

❋ स्त्रीसँग दिनमा, सन्ध्यामा वा रजस्वला समयमा सम्भोग गर्नाले रोग, दरिद्रता, बुद्धि, आयु, नेत्र शक्तिमा हानि पुऱ्याउँदछ। (ब्रह्मवैवर्तपुराण)

❋ अष्टमी, चतुर्दशी, औंसी, पूर्णिमा र सङ्क्रान्ति रातमा स्त्रीसँग सम्भोग गर्नाले धनको हानी हुन्छ। दिनमा गर्नाले पाप हुन्छ, आँगन, पशुशाला, तीर्थमा गर्नाले रोगी हुन्छ भने जलाशयमा गर्नाले अमङ्गल हुन्छ। (विष्णुपुराण)

❋ रातो, नीलो, कालो र नधोएको वस्त्र लगाएर, मुख, हात, पाउ नधोई भगवान् विष्णुको आराधना, उपासना गर्नाले दोष लागी पतन हुन्छ। (वराहपुराण)

❋ चिसो वस्त्र लगाएर वा दुवै हात घुँडा बाहिर राखेर गरिएको जप, होम, दान, देवकार्य, पितृकार्य सबै निष्फल हुन्छ। (लिखितस्मृति)

❋ केश खोलेर वा नबाँधीकन आचमन वा देवपूजन गर्नुहुँदैन। (विष्णुपुराण)

❋ भगवान्को पूजा आराधनाको समयमा बलिरहेको दियो छोएपछि हात अशुद्ध हुन्छ, त्यसैले धुनुपर्दछ। (वराहपुराण)

❋ शालग्राम, तुलसी र शङ्ख सँगै राख्नाले भगवान् निकै प्रसन्न हुनुहुन्छ। स्नानको समयमा बाहेक शालग्राम र शङ्खसँग राखेको तुलसी हटाउनु पाप हुन्छ तर त्यहाँबाट १/२ पत्ती लिन भने सकिन्छ। शालग्राम र तुलसी अलग बनाउनाले दाजुभाइमा दोष

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

वा सात जन्मसम्म रोगी हुन्छ । ब्रह्मवैवर्तपुराण, शिवपुराण, देवीभागवत)

- शालग्राम किन्ने र बेच्ने दुवै नरकमा पर्दछन् । (पद्मपुराण)
- घरमा दुई शिवलिङ्ग, तीन गणेश, दुई शङ्ख, दुई सूर्यप्रतिमा, तीन देवीप्रतिमा, दुई गोमती चक्र र दुई शालग्रामको पूजा गर्नु हुँदैन । यिनको पूजा गर्नाले दुःख र अशान्ति उत्पन्न हुन्छ । (नारदपुराण, वराहपुराण)
- कार्तवीर्यलाई दीप प्रिय हुन्छ, सूर्यलाई नमस्कार, विष्णुलाई स्तुति, गणेशलाई तर्पण, दुर्गालाई अर्चना र शिवलाई अभिषेक प्रिय हुन्छ, त्यसैले प्रियकार्य गर्नुपर्दछ । (मन्त्रमहोदधि, नारदपुराण)
- विष्णुको मन्दिरलाई चारपटक, सूर्यको मन्दिरलाई सातपटक, शङ्करको मन्दिरलाई आठपटक, देवीको मन्दिरलाई एकपटक र गणेशको मन्दिरलाई तीन पटक परिक्रमा गर्नुपर्दछ । (नारदपुराण)
- घ्यूद्वारा प्रज्ज्वलित दियो दायाँपट्टि र तेलद्वारा प्रज्ज्वलित दियो बाँयापट्टि गरी भगवान्लाई बाल्नुपर्दछ । (मन्त्रमहोदधि)
- पति-पत्नी अथवा पिता-पुत्रको झगडामा कहिल्यै साक्षी बस्नु हुँदैन । (शुक्रनीति)
- शत्रुको पनि गुणको अवलम्बन गर्नु र गुरूको पनि दुर्गुणको त्याग गर्नुपर्दछ । (शुक्रनीति)
- यी नौ कार्यलाई सधैं गोप्य राख्नुपर्दछ - आयु, धन, घरको भेद, मन्त्र, मैथुन, औषधि, तप, दान र अपमान । (दक्षस्मृति)
- आफ्नी स्त्री, आफ्नो भोजन र आफ्नो धन सम्पत्तिमा सधैं सन्तोष गर्नुपर्दछ भने अध्ययन, तप र दानमा कहिल्यै सन्तोष गर्नु हुँदैन । (चाणक्यनीति)

॥ॐ॥

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे ।
हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३. स्नान र गायत्री मन्त्र

मानिसको दैनिक दिनचर्या बिहानबाट आरम्भ हुन्छ । दिनभरको थकाइलाई रातभरको निद्राले आराम दिलाउँदछ, अथवा बिर्साउँछ र पुनः बिहानीमा उठ्दछ । बिहान उठ्ने बित्तिकै योग गर्ने चलन पनि बढ्दो प्रक्रियामा छ जे होस् शरीरलाई स्वस्थ, तन्दुरूस्त, फुर्तिलो वा शुद्ध बनाउनका लागि स्नान गर्नु आवश्यक हुन्छ । स्नान गर्ने विधि जे जस्तो भए तापनि आजभोलि पारिवारिक संस्कार वा चलनचल्तीअनुसार आ-आफ्नै तरिकाबाट गर्ने गरेको पाइन्छ । केही मानिसले पञ्च अङ्ग -दुई खुट्टा, दुई हात र मुख मात्र धुने गर्दछन् तर धेरै जसोले पूर्ण स्नान, जप, ध्यान, पूजा गर्दछन्, तर जे होस् प्रसङ्ग स्नान मन्त्रको हो । त्यसैले पञ्च अङ्ग धुनेले पनि तलको मन्त्रसहित गर्दा उत्तम हुन्छ ।

दैनिक घरको स्नानकक्ष वा पँधेरामा नुहाउँदा नबोलीकन पानीमा पखाल्नु, मैला फाल्नु मात्र हो तसर्थ त्यही पानीमा शरीर पखाल्ने क्रममा तलको मन्त्र उच्चारण गर्दै गरेमा स्नान भई पुण्य पाइन्छ, तर यस्तो कर्म गर्दा कुनै पनि खानेकुरा खानु अगाडि नै गर्नुपर्ने हुन्छ, जल भने पिउन सकिन्छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

दैनिक स्नानमन्त्र :

दैनिक स्नान गर्दा वा विशेष महिना, तिथि, बार पारेर नदी कुवा, संगम धाम वा अन्य कुनै तीर्थस्थलमा स्नान गर्दा निम्न मन्त्र उच्चारण गरेमा विशेष फल पाइने कुरा विभिन्न पुराणहरूमा छ ।

ॐ गङ्गे च यमुने चैव गोदावरि सरस्वति ।
नर्मदे सिन्धुकावेरी जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ।।
ॐ हर हर ! ॐ हर हर !! ॐ हर हर !!!

धर्म शास्त्रमा बताइएअनुसार महिनाअनुसारका मन्त्रहरू उच्चारण गर्दै गरेमा सात गङ्गा र तीर्थ स्नानसरह फल पाइन्छ तसर्थ सम्भव भएमा निम्न महिनाहरूमा आ-आफ्नै महिनाअनुसारका निम्न मन्त्रसहित स्नान गर्नु अति उत्तम मानिन्छ ।

कार्तिक महिनामा स्नान गर्दा भन्ने मन्त्र-

कार्तिकेऽहं करिष्यामि प्रातःस्नानं जनार्दन !
प्रीत्यर्थं तव देवेश दामोदर मया सह ।।

माघ महिनामा स्नान गर्दा भन्ने मन्त्र-

दुःखदारिद्र्यनाशाय श्रीविष्णोस्तोषणाय च ।
प्रातःस्नानं करोम्यद्य माघे पापविनाशनम् ।।
मकरस्थे रवौ माघे गोविन्दाच्युत माधव ।
स्नाने दाने च मे देव यथोक्तफलदो भव ।।

वैशाख महिनामा स्नान गर्दा भन्ने मन्त्र-

वैशाखं सकलं मासं मेषसङ्क्रमणे रवेः
प्रातः सनियमः स्नास्ये प्रीयतां मधुसूदन !

गायत्री मन्त्र

शास्त्रविधिअनुसार हिन्दु नरनारीले बिहान, मध्यान्ह र सन्ध्या समयमा गरिने कार्य/जप गायत्री मन्त्र हो । पुरूषले उपनयन (व्रतबन्ध) मा र स्त्रीलाई विवाहको समयमा यो कर्म सिकाइन्छ । धेरैले गायत्री मन्त्रको महत्त्व त्यत्ति बुझेको पाइदैन त्यसैले न्यूनतम विधि यहाँ प्रस्तुत गर्न खोजिएको छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गायत्री मन्त्रका धेरै विधिहरू र मन्त्रहरू छन् । व्यस्त जीवन बाँच्ने तर धर्ममा आश्रित मानिसहरूले पनि न्यूनतम विधि भने गर्न सक्दछन् । विभिन्न पुराण, आचारप्रदीप, स्मृतिग्रन्थमा गायत्री कर्मविना गरिएका पूजा, यज्ञ, पुराण आदि निष्फल हुन्छ भनिएको छ । त्यसैले आ-आफ्नो समय र ज्ञानका आधारमा गायत्री मन्त्र जप गरौं । सामान्य रूपमा गायत्री मन्त्र बिहान स्नानपछि र लघु - स्नानपछि साँझ गर्नुपर्दछ । बिहान सेतो हाँसमा विराजमान भएकी वेद र कमण्डलु लिएकी, चारमुखी ब्रह्मारूपा बाल गायत्रीदेवी, दिउँसोमा गरूडमा सवार शङ्ख, चक्र, गदा र कमल हातमा लिएकी विष्णुरूपा युवती गायत्रीदेवी र साँझमा साँढेमाथि बसेकी, त्रिशूल र डमरू हातमा लिएकी शिवरूपा वृद्ध गायत्रीदेवीलाई स्मरण गर्दै जप गर्नुपर्दछ । अन्त्यमा कमलको फूलमा आसीन एवं माथि भनिएका सबै वस्तु हातमा लिएकी पञ्चमुखी वेदमाता गायत्रीको फोटो (जुन माथि छ) त्यसैलाई स्मरण गर्दै जप, जलार्पण गर्दा पनि हुन्छ । बिहानको सूर्योदयभन्दा लगभग डेढ घण्टा अगाडिको समयलाई ब्रह्ममुहूर्त मानिएको छ तसर्थ यस समयमा गरिएका कर्महरू शीघ्र फलदायक हुन्छन् ।

मन्त्रः ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् । (शुक्ल यर्जुवेद ३६:३) **आचमन जलार्पण** ....

शिखाबन्धनम्

ॐ चिद्रूपिणि ! महामाये ! दिव्यतेजःसमन्विते ।
तिष्ठ देवि शिखामध्ये तेजोवृद्धिं कुरुष्व मे ।।

आचमनम्

ॐ केशवाय नमः ! ॐ नारायणाय नमः !! ॐ माधवाय नमः !!!

हात धुने - **ॐ गोविन्दाय नमः**

यथाज्ञान अङ्गस्पर्श :

आफूलाई ज्ञान भएको मन्त्र वा यथानाम प्रत्येक वा कुनै विशेष भगवान्लाई जल चढाउने-

ॐ पितृभ्यो नमः जलं समर्पयामि । (बुढीऔंलातिरबाट)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ कुलदेवाय नमः जलं समर्पयामि । (बुढीऔंलातिरबाट)

ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः जलं समर्पयामि । (बुढीऔंलातिरबाट)

ॐ समस्त-तीर्थदेवताभ्यो नमः जलं समर्पयामि । (बुढीऔंलातिरबाट)

ॐ श्रीगणेशाय नमः जलं समर्पयामि । (सिधा हत्केलाबाट)

ॐ विष्णवे नमः जलं समर्पयामि । (सिधा हत्केलाबाट)

ॐ नमः शिवाय जलं समर्पयामि । (सिधा हत्केलाबाट)

ॐ दुर्गायै नमः जलं समर्पयामि । (सिधा हत्केलाबाट)

ॐ सूर्यनारायणाय नमः एक खुट्टाले मात्र टेकेर सूर्यतिर हेरेर चढाउने

ॐ नवग्रहेभ्यो नमः (सिधा हत्केलाबाट)

ॐ सर्वेभ्यो देवेभ्यो नमः (सिधा हत्केलाबाट)

ॐ गायत्रीदेव्यै नमः (सिधा हत्केलाबाट)

ॐ गुरवे नमः (सिधा हत्केलाबाट)

(यथाशक्ति वा कम्तीमा १० पटक गायत्रीमन्त्र जप्नुहोस्)

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।

मन्त्रको अर्थ - त्यस्ता प्राणस्वरूप, दुःख विनाशक, सुखस्वरूप, श्रेष्ठ, तेजस्वी, पापनाशक, देवस्वरूप, परमात्मालाई हामी अन्तरआत्मामा धारण गर्दछौं । जुन परमात्माले हामीलाई सद्बुद्धि र सत्मार्गतिर लाग्न प्रेरित गर्नुहुन्छ ।

गायत्रीप्रार्थना : बहुरुपिणि गायत्र्यादित्ये सन्ध्ये सरस्वति ।
अजरे अमरे देवि ब्रह्मयोने नमोऽस्तुते ।।

प्रत्येक देवताका आ-आफ्नै गायत्री मन्त्रहरू पनि छन् । उनै मन्त्र जप गर्दा राम्रो हुन्छ । गायत्री मातालाई प्रसन्न पार्नका लागि गायत्री कवचको पाठ गर्नु अति उत्तम हुन्छ । जुन दुर्लभ कवच यसै पुस्तकको पृ.नं. २१७ मा उल्लेख गरिएको छ ।

गायत्री तर्पण मन्त्र यस प्रकार छ :

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गायत्रीतर्पण-मन्त्र (प्रातकालमामात्र)

ॐ गायत्र्या विश्वामित्र ऋषिः सविता देवता गायत्री छन्दः गायत्रीतर्पणे विनियोगः । ॐ भूः ऋग्वेदपुरुषं तर्पयामि । ॐ भुवः यजुर्वेदपुरुषं तर्पयामि । ॐ स्वः सामवेदपुरुषं तर्पयामि । ॐ महः अथर्ववेदपुरुषं तर्पयामि । ॐ जनः इतिहासपुराणपुरुषं तर्पयामि । ॐ तपः सर्वागमपुरुषं तर्पयामि। ॐ सत्यं सत्यलोकपुरुषं तर्पयामि । ॐ भूः भूर्लोकपुरुषम तर्पयामि । ॐ भुवः भुवर्लोकपुरुषं तर्पयामि । ॐ स्वः स्वर्लोकपुरुषं तर्पयामि । ॐ भूः एकपदां गायत्रीं तर्पयामि । ॐ भुवः द्विपदां गायत्रीं तर्पयामि । ॐ स्वः त्रिपदां गायत्रीं तर्पयामि । ॐ सावित्रीं तर्पयामि । ॐ सरस्वतीं तर्पयामि । ॐ वेदमातरं तर्पयामि । ॐ पृथिवीं तर्पयामि । ॐ अजां तर्पयामि । ॐ कौशिकीं तर्पयामि । ॐ सांकृतिं तर्पयामि । ॐ सार्वजितीं तर्पयामि । ॐ तत्सद्ब्रह्मार्पणमस्तु ।।

मार्जनमन्त्र :

(तामाको भाडाँमा भएको तीलानी जललाई तीनटुक्रा कुश, फूल वा दुबोले तलको मन्त्र अनुसार मार्जन गर्नु)

ॐ भूः पुनातु शिरसि (शिरमा)
ॐ भुवः पुनातु नेत्रयो (दुबै आँखामा)
ॐ स्वः पुनातु कण्ठे (कण्ठमा)
ॐ महः पुनातु हृदये (हृदयमा)
ॐ जनः पुनातु नाभ्याम् (नाभीमा)
ॐ तपः पुनातु पादयो (पाउमा)
ॐ सत्यंः पुनातु शिरसि (शिरमा)
ॐ खं ब्रह्माः पुनातु सर्वत्र (शरीरमा) – **(आन्हिक सुत्रावली)**

॥ॐ॥

**ॐ नमस्तुभ्यं भगवते, वासुदेवाय धीमहि ।
प्रद्युम्नायानिरुद्धाय नमः सङ्कर्षणाय च ।।**

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पूजाविधि

४. देवपूजा

देवीदेवताको पूजा, उपासना गर्न सत्ययुगदेखि नै ऋषिमुनिहरूले शुभारम्भ गरेको कुरा पुराणहरूमा उल्लेख छ। देवपूजा कार्यमा वेदमन्त्र, आगम मन्त्र र सामान्य नाममन्त्र जस्ता मन्त्रहरूको प्रयोग भएको पाइन्छ। यस पुस्तकमा पनि यिनै तीन प्रकारका मन्त्र र तान्त्रिक मन्त्र (कहीँ कतै) प्रयोग गरिएका छन्। कतै पाठकको सहजताका लागि त कतै शीघ्र कामनाका लागि यस प्रकारले उल्लेख गरिएको हो।

देवताको पूजा गर्दा स्थान, समय, सामर्थ्य, मौसम र ज्ञानको अभावका कारण सबै पूजासामग्री जुटाउन नसकिने हुनसक्दछ। यस्तो अवस्थामा विविध कारणले पूर्ण सामान जुटाउन असमर्थ भए तापनि पवित्र मन, वचनद्वारा "**दिव्यं आसनं मनसा परिकल्प्य पुष्पितां, पुष्पमालां, ऋतुफलं, वस्त्रं, आभूषणं ... समर्पयामि**" भन्दै खाली हात नै भए पनि भगवान्मा अर्पण गर्नुपर्दछ।

देवी-देवताहरू यत्ति नै नाम र सङ्ख्यामा छन् भन्ने किटानी कतै उल्लेख भएको पाइँदैन। वेद पुराणका आधारमा चलनचल्तीमा रहेका नाम, मूर्ति, चित्र वा मानसिक स्मरण गरी पूजा, आराधना चल्दै आएको पाइन्छ। त्यसै कारण हाम्रो समाजमा रहेका सबै देवीदेवताहरूको पूजाविधि उल्लेख गर्न त सम्भव छैन तर देवताको सम्बन्ध जोडिएका आधारमा, लिङ्गका आधारमा मुख्य विधिद्वारा, उप-विधिहरू तैयार गर्न भने सम्भव हुन्छ। त्यसैले केही देवी देवताको सामान्य जानकारीसहित पूजाविधि यहाँ उल्लेख गरिएको छ।

पूजा, उपासना/व्रत, साधना जुनसुकै कार्य गर्दा पनि केही सामान्य ध्यान दिनुपर्ने महत्त्वपूर्ण तथ्य हुन्छन् जुन यस प्रकार छन् :

- ब्रह्ममुहूर्त समयभित्र विधिपूर्वक स्नान, जप, ध्यान र शुद्ध वस्त्र धारण (भगवान्अनुसार रङ्ग चयन गर्न सकिन्छ)।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- विशेष कार्य सफलताका लागि गरिँदै छ भने सोहीअनुसार 'सङ्कल्प',
- आफूले पूजा/उपासना गर्ने भगवान्को पारिवार र वाहनको ज्ञान,
- उक्त भगवान्लाई चढाउनै पर्ने वस्तु/सामग्री, सबभन्दा बढी मनपर्ने तिथि, समय, सामग्री र गर्न नहुने कार्य, समय वा चढाउन नहुने सामग्रीको ज्ञान,
- कति सुते बत्ती केमा (घिउ, तेल) कता फर्काएर बाल्ने,
- ब्रह्मचर्य नियम पालना गर्नुपर्ने वा नपर्ने,
- माला र जपमन्त्र ।

भगवान्को पारिवार परिचय यस्तो छ :

भगवान्	**परिवार**	**वाहन**
विष्णु	लक्ष्मी	गरूड
शिव	पार्वती	नन्दी
गणेश	ऋद्धि, सिद्धि	मुसा
देवी	भैरव	बाघ
सूर्य	पिङ्गला	घोडा

कुन भगवान्लाई कति सुते बत्ती बाल्ने ? (विशेष पूजामा)

शिवलाई शुद्ध घिउमा ५/७/११ सुते
देवीलाई तिलको तेलमा ९ सुते
सूर्यलाई घिउ अथवा तिलको तेलमा १२ सुते
गणेशलाई तिलको तेलमा २१ सुते
विष्णुलाई तिलको तेलमा ५ सुते अथवा १६ सुते
पाञ्चायन पूजा वा नित्यपूजामा तिलको तेलमा ५ सुते
भागवत सप्ताहमा आफ्नो उचाइ बराबर गरी ५४ सुते बाल्नु उत्तम हुन्छ ।

भगवान्को पूजा गर्दा/चढाउँदा भगवान्लाई सबभन्दा मनपर्ने र चढाउन नहुने वस्तुहरूको ज्ञान हुनु आवश्यक हुन्छ, जस्तै :

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

भगवान्	सबभन्दा मन पर्ने	चढाउन नहुने
शिव	अभिषेक, वेलपत्र/वेलफल, रूद्राक्ष, धतुरो, त्रिकुटीधारा (जल, दूध, दही, घ्यू, तेल, मह)	शिरीष, केतकी फूल, गाजर, अनार फल ⊛
विष्णु	तुलसी (मञ्जरी/पत्र), तिल, सेतो-पहेँलो फूल, पारिजातको फूल, स्तुति	अक्षता, रातो टीका, आँक, धतुरो, शिरिष फूल, वेलपत्र ⊛
सूर्य	रातोफूल/फल, रातोटीका, नमस्कार, आँकको फूल, कनेर फूल, कुशको फूल, नीलकमल, अमला, अम्वा, रातो कपडा ⊕	धतुरो, अपराजिता, कात्तिके फूल ⊛
देवी	रक्त चन्दन, अवीर, रक्तफूल, अनार, राता अक्षता, अर्चना, त्रिशूल ⊕	दुवो, तुलसी ⊛
गणेश	दुवो, लड्डु, गुड/सक्खर, तील, केरा, तर्पण ⊕	तुलसी पत्र (मंगल चतुर्थीका दिनमा मात्र चढ्दछ) ⊛
लक्ष्मी	रातो फूल, फल, पेडा, खीर सेलरोटी, कटुस, ओखर, कमल र मखमली फूल	कालो रंगका सामग्री तथा कपडा
हनुमान्	सिन्दुर, सरसिं, ब्रह्मचर्य नियम	
नाग	श्रीखण्ड चन्दन, दूध (काँचो) तील, तुलसी, पारिजातको फूल	अक्षता, आगो, तातो खानेकुरा
वंगलामुखी	पहेलो रंगका फल, फूल, वस्त्र, टीका	कालो वस्त्र
श्रीराम	सीताफल	
भैरव	कालो कपडा, रोठ (एक माना पिठोको एक रोटी), त्रिशूल	
नवग्रह	ग्रहअनुसार आ-आफ्नो रंगका सामग्रीहरू	
सन्तोषी माता	शख्खर, चना	अमिलो र पिरो वस्तु सवै
स्वस्थानी माता	सेलरोटी (८ वा १०८), मालपुवा, हलुवा	भटमास

⊕ मन्त्रोमहोदधि ⊛ पद्मपुराण, नारद पुराण

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५. नित्यपूजा

विधिपूर्वक स्नान र जप गरिसकेपछि गरिने दैनिक पूजा नै नित्यपूजा हो । यो सरल वा सहज रूपबाट भगवान्को नजिक पुग्ने माध्यम हो । मानिस धेरैले बिहान र साँझमा कुनै न कुनै तरिकाबाट भगवान्को पूजा-आराधना गरेका हुन्छन् । यसरी गरिने पूजाहरूमा व्यक्तिअनुसार नै फरक फरक तरिकाहरू पाइन्छन् । यस्ता तरिका आफ्ना पिता-पुर्खाहरूको देखासिकी वा भनाइ, सुनाइ र बुझाइका आधारमा हस्तान्तरण भएका पाइन्छन् । यसरी भएका हस्तान्तरणका भनाइ, सुनाइ र बुझाइमा फरक पर्नाले पूजाविधिहरू नै अपव्याख्या भई वा धनको लालचले गलत तरिकाले पूजा भएका उदाहरणहरू पनि प्रशस्तै भेटिन्छन् । आखिर किन दैनिक पूजा वा भगवान्को मन्दिरमा गएर पर्वअनुसार पूजा गरिन्छ ? सबैलाई बोध भएको कुरा हो, मानव स्वार्थी प्राणी हो । आफ्नो वा समस्त परिवारको सुख, शान्ति र समृद्धि प्राप्त गर्न चाहना लिएको हुन्छ तर गलत तरिकाबाट गरेको पूजाबाट उसले केही प्राप्त गर्न सक्तैन । केवल खर्च र दुःख मात्र पाउँछ अनि भन्न थाल्छ भगवान् कहाँ छन् ? यो संसारमा भगवान् नै छैन, सबै मूर्ख-पाखण्डहरूले चलाएको भ्रम, अन्धविश्वास, रूढीवादी, पुरूषप्रधान प्रवृत्ति र नाटक हुन्, तर यसो भनिरहँदा निजलाई अध्ययन गर्ने विचार आउन सक्छ। जसको समाधान भनेकै वास्तविक पुस्तकहरूको अध्ययन र सन्तमहात्मा तथा विद्वान् वर्गसँग गरिने सत्सङ्ग नै हो ।

पूजा गर्दा लामो समय खर्चेर पूर्ण विधिसहित वा छोटो समयमा अर्धविधि वा धेरै धन-सम्पत्ति खर्च गरेर वा थोरै धन खर्चेर जसरी गर्दा पनि हुन्छ तर शुद्ध विधिअनुसार गर्नु महत्त्वपूर्ण पक्ष हो । यदि सही तरिकाबाट गरियो भने ईश्वरले प्राप्त गर्दछन् र हामीलाई पनि आशीर्वाद, फल प्राप्त हुन्छ । आफ्नो अवस्था/स्थिति के कस्तो छ सो कुराको जानकारी ईश्वरलाई भएको हुन्छ तसर्थ आफ्नो क्षमता, अवस्था, समय, स्थानअनुसार पूजा गर्न वा स्मरण गर्न सकिन्छ। सानो काममा सफलता मिल्दा हौसिई सबै बिर्सने र असफल हुँदा निरूत्साहित भई दुःखी हुँदै कर्म छोड्ने मानवीय कमजोर प्रवृत्तिलाई मनबाट हटाउन

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सक्नु सफल पक्ष हो तसर्थ जीवनमा जेजस्तो अवस्थामा भगवान्को स्मरण, पूजा, आराधना गरे पनि विधि वा तरिकाका आधारभूत कुराहरू पूरा गरी मात्र अगाडि बढ्दा निश्चय नै सफलता मिल्नेछ ।

यस पुस्तकमा भगवान्को पूजा - आराधना गर्न चाहने तर विविध कारणले नसकेका, सामान्य गर्न खोज्ने तर ज्ञान नपाएर अल्मलिएका र जानी-नजानी, सकी-नसकी समय, धन खर्च गरेका तर भगवान् समक्ष पुऱ्याउन नसकेका समुदायका मानिसहरूलाई लक्षित गरेर छोटा-छोटा केही विधिहरू प्रस्तुत गरिएका छन् । आफ्नो समय, अवस्था र सामर्थ्यका आधारमा आधारभूत कुरा पूरा गरी अझ छोटो तरिकाद्वारा (गर्दै नगर्नु भन्दा) गर्न पनि सकिन्छ ।

५:१ नित्यपूजा गर्ने विधि (पहिलो)

विधिपूर्वक प्रातःस्नान, जपपछि शुद्ध वस्त्र धारण गरी पूजाकोठा/स्थानमा जाने । यथासमय देवस्थान वा देवता भएको ठाउँको सरसफाइ गरी जल फेर्ने । पञ्चपात्र, फूल, फल, नैवेद्य, टीका, चन्दन, अगरबत्ती, दीपज्योति तयार गरी राख्ने (मनमनै गायत्री मन्त्र वा मनले चाहेका अन्य मन्त्रहरू मानसिक जप गर्न सकिन्छ)

शुद्धि गर्ने : बाँया हातमा जल राख्ने दाँया हातले ढाक्ने र तलको मन्त्र पढेर जललाई दाँया हातले शरीरमा, पूजा आसनमा अभिषेक(छर्कने) गर्ने ।

मन्त्र - **ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।**
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।

टीका लगाउने : बाँया हातमा चन्दन वा भष्म राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै चलाउने र पढ्दै निधारमा लगाई हात धुने गर्नुपर्दछ । आफ्नो निधार खाली गरेर पूजा कहिल्यै गर्नुहुँदैन ।।

मन्त्र - **ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।**
ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीयमामृतात् ।। शुक्ल यर्जुवेद ३:६०

सङ्कल्पः (हातमा कुश, तिलानी जल लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** ...... (आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्न** (आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री) ..... **नामाहं मम कायिक–वाचिक–मानसिक–**

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सांसर्गिक-ज्ञाताज्ञात-सकलदोषपरिहारार्थं श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त-फलप्राप्तये श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं (आफूले पूजा गर्न लागेको भगवान्‌को नाम) ...... **देवपूजनं करिष्ये ।** (जल छोड्ने ।)

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने :)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।
आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने
चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएको कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने ।

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।
ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः
ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!
(धेरै कलश भएमा कलशअनुसार देवताको नाम लिने)

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)

गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।
उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :

ॐ गणनान्त्वागणपति ꣳ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ꣳ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ꣳ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि । (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना– **वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !**
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषुसर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

शङ्खघण्टको पूजा–

ॐ भूर्भुवः स्वः घण्टस्थिताय गरुडाय नमः ॐ शङ्खाय नमः

आफूसँग भएका सबै सामग्रीहरू शंख र घण्टमा अर्पण गर्ने । शङ्खमा (भएमा दायाँ उत्तम) जल, जौ, तिल, कुश, तुलसीपत्र राखेर हातले ढाक्ने र गायत्रीमन्त्र (**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।**) भन्ने, शङ्खको जलद्वारा कुल - पितृलाई सम्झेर तर्पण दिने (दायाँहातको बूढी औंलातिरबाट दक्षिण फर्केर)

ॐ पितृभ्यो जलार्पणम् ।३। **ॐ कुलदेवाय जलार्पणम् ।३।**
ॐ इष्टदेवताभ्यो जलार्पणम् ।३। सेता, पहेँला फूल...... अर्पण गर्ने।
ॐ गुरुभ्यो जलार्पणम् (३) (गुरू स्वर्गवास भएको भएमा मात्र)

मङ्गलाचरण–

(अगरबत्ती बालेर फूल, चन्दनसहित हातमा लिई नहल्लाउने र निम्न भगवान्हरूका नाम स्मरण गर्ने)

१. **ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः।** २. **ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः।**
३. **ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः।** ४. **ॐ वाणीहिरण्यगर्भाभ्यां नमः।**
५. **ॐ शचीपुरन्दराभ्यां नमः।** ६. **ॐ मातापितृचरणकमलेभ्यो नमः।**
७. **ॐ पितृभ्यो नमः।** ८. **ॐ कुलदेवताभ्यो नमः।**
९. **ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः।** १०. **ॐ ग्रामदेवताभ्यो नमः।**
११. **ॐ वास्तुदेवताभ्यो नमः ।** १२. **ॐ स्नानदेवताभ्यो नमः।**
१३. **ॐ एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः।** १४. **ॐ नागनागादिभ्यो नमः।**
१५. **ॐ सर्वेभ्यो देवीदेवताभ्यो नमः।** १६. **ॐ सर्वेभ्यो गुरुभ्यो नमः।**

धूपम् आघ्रापयामि । धूप धुपौरोमा राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै तीन पटकसम्म वरिपरि जल घुमाउने अथवा प्रदक्षिणा गर्ने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

प्रदक्षिणा- **यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिण पदे पदे !
नैवेद्यं निवेदयामि !! शुद्धोदकं जलं समर्पयामि !!!
(तुलसी पत्रसहितको नैवेद्य अर्पण गर्ने)

पाठ- चार पङ्क्ति गीता (पुस्तक हेरेर क्रमश) र चर्तुश्लोकी भागवत दैनिक पाठ गर्ने र पुनः जल चढाउने । यदि आफूले गुरूदीक्षा लिएर गुरू मानेको भएमा गुरूको विधिअनुसार गुरूपूजा गर्ने ।

चर्तुःश्लोकी भागवत यस प्रकार छ :

अहमेवासमेवाग्रे नान्यद्यत्सदसत्परम् ।
पश्चादहं यदेतच्च योऽवशिष्येत सोऽस्म्यहम् ।।
ऋतेऽर्थं यत् प्रतीयेत न प्रतीयेत चात्मनि ।
तद्विद्यादात्मनो मायां यथाऽऽभासो यथा तमः ।।
यथा महान्ति भूतानि भूतेषूच्चावचेष्वनु ।
प्रविष्टान्यप्रविष्टानि मयि ते न च तेष्वहम् ।।
एतावदेव जिज्ञास्यं तत्त्वजिज्ञासुनाऽऽत्मनः ।
अन्वयव्यतिरेकाभ्यां यत् स्यात् सर्वत्र सर्वदा ।।

-श्रीमदभागवत द्वितीय स्कन्द ९:३२,३३,३४,३५

आफ्ना कुल पितृको सम्मान गरेपछि हात धोएर देवपूजनको लागि पञ्चाङ्ग स्थान वा देवताहरूको फोटो भएतिर फर्कनु । आफूले पूजा गर्ने भगवान्हरूलाई निम्न मन्त्र पढी आह्वान गर्ने र यथा सामग्री, मन्त्र र आफ्नो समय परिस्थितिअनुसार आफूले तयार पारेर सोही विधिअनुसार क्रमशः सबै देवताहरूलाई पूजा गरी धूप, दीप, नैवेद्य, आरती अर्पण गरी अन्त्यमा क्षमायाचना गर्नु । सबै देवताहरूको पूजा गर्ने मन्त्र र विधिहरू यसै पुस्तकमा समावेश छन् । पञ्चाङ्ग देवता पूजा गर्नेहरूले तालिकाअनुसार राखी पूजा गर्नु । अथवा अलग अलग देवताको नाम उच्चारण गर्दै सामग्री चढाउँदै मन्त्र, श्लोक, प्रार्थना गर्दा पनि राम्रो हुन्छ जस्तैः

ॐ श्रीभगवते साम्बसदाशिवाय नमः ! ....समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(शिव, पार्वती, नन्दी, बाघ, त्रिशूल, तक्षक नाग, तथा सकल शिवपरिवार)

ॐ श्रीलक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः.................. समर्पयामि ।

(विष्णु, लक्ष्मी, गरूड्, मयूर, शङ्ख, चक्र शेषनाग तथा सकल विष्णु परिवार)

ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः........................समर्पयामि ।

(पत्नी पिङ्गला, घोडा, पुत्रः शनि, वायु तथा सकल सूर्य परिवार)

ॐ श्रीजगदम्बिकायै दुर्गादेव्यै नमः .... समर्पयामि ।

(नवदुर्गा, भैरव, देवीगण, बाघ, त्रिशुल तथा सकल देवि परिवार)

ॐ श्री ऋद्धिसिद्धिसहिताय श्रीमन्महागणाधिपतये नम !.....समर्पयामि ।

(कुमार, मुसो तथा सकल गणेश परिवार)

धूप- **वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्धउत्तमः ।**
आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ।।
धूपं आघ्रापयामि..........धूप देखाउने (सुघाउँने)

बत्ती - **साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया ।**
दीपं गृहाण देवेश त्रैलोक्यतिमिरापहम् ।।
दीपं दर्शयामि .... बत्ती देखाउने

आरती - आफ्नो इच्छाअनुसार देवताको/गुरूको आरती गर्नु ।

प्रदक्षिणा- **यानि कानि च पापानि जन्मान्तर कृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणां पदे पदे ।।
नैवेद्य फल अर्पण गर्नु ।
नैवेद्यं निवेदयामि । शुद्ध जलं समर्पयामि ।

(प्रार्थना मुद्रामा इच्छाअनुसार आफ्ना इष्टदेव स्तोत्र, विशेष देवतापूजाअनुसार स्तोत्र, वार र तिथिअनुसारका देवताको स्तोत्र, नवग्रह स्तोत्र, सप्तश्लोकी दुर्गा, सप्तश्लोकी गीता, चतुश्लोकी भागवत, एकश्लोकी रामायण, चालिसा, जप, ध्यान, प्रार्थना गरी, शिर निहुर्‍याई ढोग गर्नु उत्तम हुन्छ । सबै श्लोक यसै किताबमा छन्) यदि कुनै मन्त्र जप गरिन्छ भने अन्त्यमा गायत्री मन्त्र पुनः जप गरी जल अर्पण गर्नुपर्दछ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

क्षमायाचना-

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।
पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वरी !
मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वरी ।
यत्पूजितं महादेव परिपूर्ण तदस्तु मे !

दुबै कान छोएर पुनः ढोग नमस्कार **ॐ शिवार्पणमस्तु** !

वैदिक मन्त्र **ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।**
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ।।
ॐ शान्तिः ! **ॐ शान्तिः** !! **ॐ शान्तिः** !!!

यदि आफूले पञ्चाङ्ग देवता नभई केवल सबै देवताहरूलाई पूजा गर्ने इच्छा भएमा अगाडि दिएका गणेश पूजासम्म त्यसरी नै गर्नु, त्यस पछि आफूसँग भएका (फोटो/मूर्ति) वा पूजा गर्न मन लागेका देवताका यसै पुस्तकमा दिएका स्तोत्र, श्लोक, मन्त्र खोजेर आफैले तयार पारी सोहीअनुसार गर्दा पनि हुन्छ। सक्षम मानिसहरूले त घरको/अफिसको नित्यपूजा, आरती पनि ब्राह्मण वा वटुकहरूद्वारा गराउने चलन पनि सहरमा पाइन्छ । माथि उल्लेखित तरिकाबाट यसरी नित्यपूजा गरी सकेपछि सोमवारको दिन ब्रत बस्ने र शिवलिङ्गलाई विशेष पूजा गर्नु उत्तम हुन्छ। आफ्नो समय, शक्तिअनुसार नित्य पूजा गर्दा अति उत्तम तर सम्भव नभएमा सोमवार मात्र पनि गर्न सकिन्छ तसर्थ यसरी शिवपूजा गर्न इच्छुकहरूले शिवलिङ्गलाई तामाको भाँडोमाथि राखेर तलका सामग्रीहरू मन्त्रद्वारा अर्पण गर्नुपर्दछ वेलपत्र, वेल, पान, धतुरो, रूद्राक्षमाला, गाइको दूध, दहि, घ्यू, चिनी, मह, सख्खर, जौ, तिल, कपुर, फलफूल, माला, कपुर, श्रीखण्ड-चन्दन, शिवलिङ्गका साथमा नन्दी, डमरूवाला त्रिशूल, कमण्डलमा जल र नाग, आदि सामग्री हुनुपर्दछ। सबै पूजा सामाग्री आफ्नो वरिपरि तैयार गरेर मात्र पूजा शुरू गर्नु तर शुरू गरिसकेपछि एकचित्त ध्यान लगाएर आसनबाट नउठीकन सक्काउनु । शुरूमा १०८ पटक '**ॐ नमः शिवाय**' मन्त्र जप गर्नु । मोवाइल र बच्चा पूजा स्थानमा निषेध गर्नु राम्रो हुन्छ। शिललिङ्गलाई

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अन्य सामग्रीले स्नान गराई सकेपछि प्रत्येक पटक पुनः शुद्ध जलले स्नान गराउनु। सम्पूर्ण सामग्रीले स्नान गराई सकेपछि वस्त्र लगाई दिने मन्त्रमा पुग्दा शिवलिङ्गलाई दूध, दहि भएको भाडोबाट बाहिर झिकेर शुद्धजलले स्नान गराई पुछेर घ्यू लगाई अर्को सफा भाँडोमा राखी वस्त्र लगाईदिनु पर्दछ। विस्तृत शिवपूजाको लागि यसै पुस्तकको पृष्ट नं. ३६ शिवपञ्चाङ्गपूजा शीर्षक हेर्नुहोस्।

५:२ नित्यपूजा गर्ने विधि (दोस्रो)

आफ्नो अवस्थाले मिलेसम्म पहिलो तरिकामा केही थपघट गरेर भए पनि पहिलोअनुसार गर्नु उत्तम हुन्छ। सबै मानिसको अवस्था, स्थिति, सामर्थ्य, समय, इच्छा, तत्परता एउटै हुँदैन। सहरिया जीवनमा धेरै कुरा परिस्थितिअनुसार चल्नुपर्ने हुन्छ। त्यसैले दोस्रो तरिका स्वरूप छोटो विधि उल्लेख गरिएको छ। षोडश अङ्ग स्नान गर्नु (अनुहार, हात, खुट्टा, मल - मूत्र त्याग स्थान र स्तन (विवाहित महिलाहरूले) शुद्ध वस्त्र लगाउने र टाउकोको रौं कोर्ने र पूजा स्थानमा जाने।

टीका चन्दन विभूति खरानी शिरमा लगाउनु कलशमा जल दैनिक राख्नु, फूल भए चढाउनु भगवान्को मन्दिरको सामुन्ने सम्भव भएसम्म बसेर दियो वा अगरबत्ती, कपूरबत्ती जे छ बालेर हात जोडेर शिर निहुऱ्याएर नमस्कार गर्ने। आफ्ना कुल-पितृहरूको सम्झनामा शिर झुकाई ढोग गर्ने उपलब्ध सामग्री अर्पण गर्ने र आशीर्वाद लिने यथा सामग्री यथाप्रार्थना, ध्यान, पूजा जसरी सकिन्छ, गर्नुपर्दछ। स्वविवेक प्रयोग गरी भगवान्को नाम उच्चारण गर्ने। देवी देवताको नाम लिंदा कुनै एक देवतालाई प्रिय सम्झनु, उहाँको जप, ध्यान, मन्त्र, उपासना बढी गर्नु र उहाँलाई नै मुख्य देवता मानेर तन-मनले समर्पित हुनु उत्तम हुन्छ। (पहिलो पूजा तरिकामा उल्लेख भएका केही मन्त्र, श्लोक लिँदा उत्तम)। अन्त्यमा क्षमायाचना गर्नु। यसरी शुद्ध मन, वचन, कर्मले पूजा गर्दा गर्दै भगवान्को कृपाद्वारा पहिलो पूजाविधिअनुसार नै गर्ने अनुकूल वातावरण मिल्न सक्छ, तर घमण्ड नगर्नु, भगवान्लाई नबिर्सनु, निरन्तर सेवामा केन्द्रित हुनु। शुद्ध मन वचन र कर्मले आराधना गर्नु वा समर्पण हुनु नै धर्मको मर्म हो।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

६. पञ्चाङ्गदेवतापूजा

समाजमा मानिसहरूले शिव, विष्णु, सूर्य, देवी र गणेशलाई मुख्य देवता मानेर पूजा गर्ने गरेको पाइन्छ। यसरी यी पाँच देवतालाई नियमपूर्वक पूजा आराधना गर्‍यो भने कर्मअनुसारको फल तुरून्त प्राप्त हुन्छ। यिनै पाँच देवताहरू नै पञ्चाङ्ग देवताका रूपमा पूजिन्छन्। यी देवताहरूमध्ये पनि एकलाई प्रधान देवता मानेर आफ्नो पुर्खादेखि पुज्दै आइएको हुनसक्छ अथवा आफूले सुरू गर्दा पनि हुन्छ। यदि आफूले नै सुरू गर्ने भएमा आफ्ना इष्ट देवता वा कर्मसँग मिल्दा देवता वा कुनै सिद्धपुरूष वा धार्मिक विद्वान्को सरसल्लाहअनुसार गर्नुपर्दछ। पहिलो दिन सोही देवताको पूजाविधिअनुसार विशेष रूपमा सङ्कल्प गरी शुभारम्भ गर्नु र कन्यालाई टीका, दक्षिणा, मिष्टान्न भोजन गराएर आरम्भ गर्नु उत्तम हुन्छ।

यस किसिमको पूजा पाँच तरिकाबाट गरिन्छ। यो पूजा गर्दा शीला वा मूर्तिलाई तल दिएअनुसार आसनमा राखी वा फोटोहरू राखेर सोहीअनुसारका नामले उच्चारण गरी पूजा आराधना गर्नुपर्दछ। तल दिइएका पाँच पञ्चाङ्गहरू मध्ये कुनै एक पञ्चाङ्गको मात्र विधिपूर्वक पूजा गर्नुहोस्। स्मरणीय तथ्य के वुझ्नुपर्दछ भने नेपालको दामोदरकुण्ड र मुक्तिक्षेत्रबाट उत्पन्न भएकी कालीगण्डकी नदी नै शालिग्रामका मुख्य स्रोत हुन्। नेपाल बाहेक संसारका कुनै पनि देशमा शालिग्राम पाइँदैन। यिनै शालिग्रामलाई अन्य मूर्तिलाई जस्तो प्राण प्रतिष्ठा गरिरहनुपर्दैन। केवल गाईको दूधले स्नान गराई गाईको घ्यूद्वारा लेपन गराई पूजा गर्न सकिन्छ। पूजा स्थानमा राखेर पूजा गर्दा केवल पाँच वटा शालिग्राम मात्र राख्नु र साथमा तुलसी मञ्जरी पत्र र दाहिने शङ्ख अनिवार्य हुनुपर्दछ। स्नान समयमा बाहेक यिनलाई अलग गराउँदा ठूलो दोष लाग्दछ भनी ब्रह्मवैवर्तपुराण (२१), शिवपुराण (४१) देवीभागवत (९/२४) मा उल्लेख गरिएको छ। मुक्तिक्षेत्रका शालिग्राम बेच्ने र किन्ने पनि दुवै नरकमा पर्दछन् भनी पद्मपुराण (७९), वराहपुराण (१८६) मा उल्लेख छ।

आदित्यं गणनाथं च देवीं रुद्रं च केशवम्।
पञ्चदेवप्रसादार्थं सर्वकर्मसु पूजयेत्॥

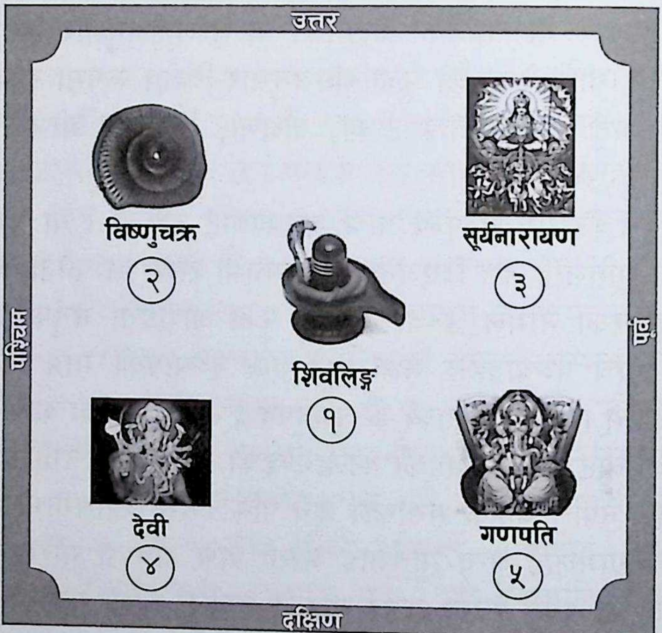
Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अर्थ : सूर्य, गणेश, देवी, शिव र विष्णु यी पाँचवटा देवताहरूको प्रसन्नताका लागि सबै काम गर्दा पूजा गर्नुपर्दछ ।

पञ्चाङ्ग पूजा गर्दा सम्भव भएसम्म एकै आकारका शालग्रामलाई बनावटअनुसार देवताको रूपमा आ-आफ्नो स्थानमा राखेर पूजा गर्नु उत्तम हुन्छ यद्यपि तालिका छुट्टयाउन सजिलोका लागि फोटोहरू पनि दिइएका छन् ।

६:१ शिवपञ्चाङ्गपूजा



ॐ शिव-विष्णु-सूर्य-देवी-गणेशेभ्यो नमः ।

शिवपञ्चाङ्ग पूजा गर्दा सर्व प्रथम यसै पुस्तकमा दिइएको नित्यपूजा गर्ने पहिलो विधिअनुसार पूजा गरिसकेपछि शिव पञ्चाङ्ग पूजा आरम्भ गर्नु । शिव, पार्वती, नन्दी, तक्षक, नाग (घाँटीको नाग) तथा सम्पूर्ण शिवशक्ति परिवारको आफूसँग भएका पूजा सामग्रीले पूजा, अर्चना, प्रार्थना, स्मरण, विभिन्न मन्त्रहरू उच्चारण गर्दै गर्नु, त्यसरी विष्णु, लक्ष्मी परिवार सबैलाई क्रमशः सूर्य-पिङ्गला-परिवार, देवी-

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

भैरव परिवार र अन्त्यमा गणेश ऋद्धि सिद्धि परिवार यथाक्रमले पूजा गर्नुपर्दछ । यसरी नै प्रत्येक पञ्चाङ्गमा नं. १ बाट सुरू गरी नं. ५ मा पुगेर अन्त्य गर्नुपर्दछ । मन्त्रहरू प्रत्येक पञ्चाङ्गअनुसारले तालिकाको अन्त्यमा छ। शिव पूजा गर्दा यसै पुस्तकको तीज र शिवरात्री शीर्षकमा पनि हेर्नुहोला । पूजा गर्नु अगाडि सबै सामान आफ्नो वरिपरि राख्नुहोला । नजानेका नबुझेका सामग्रीहरू के के हुन् ? चिन्ने कोशिस गर्नुहोस् । जस्तै :

पाद्य - गङ्गाजल/तीर्थजल, आचमनीय जल - कपुर मिसाएको जल, अर्घ्य - घ्यू, सर्सिंउँ, दूबो, सिङ्गो फल, जौ तिलद्वारा पुजिएको दही, दुग्ध - दही, घृत-घ्यू, मधु-मह, शर्करा-सख्खर/चिनी
पञ्चामृत - (शब्दभण्डार पेज नं. १ हेर्नु) यज्ञोपवीत - जनै, दुर्वा-दुवो, ताम्बुल-पान/मसला, आदि ।

यसै पुस्तकमा दिइएको नित्यपूजा गर्ने पहिलो विधिअनुसार पूजा गरिसकेपछि शिवपञ्चाङ्गपूजा आरम्भ गर्नु । शिवलिङ्गलाई छुट्टै भाडामा राखी सम्पूर्ण सामग्रीले स्नान गराई सकेपछि पुनः शुद्ध जलले स्नान गराई पुछेर आफ्नो स्थानमा राखी पुनः पूजा गरी धुप बत्ती आरती प्रदक्षिणा क्षमायाचना गर्नुपर्दछ ।

फूल वा कुशको टुक्रा चढाउँदै भन्ने मन्त्र

आवाहन- **आगच्छ भगवन् ! देव ! स्थाने चात्र स्थिरो भव ।**
यावत् पूजां करिष्येऽहं तावत् त्वं सन्निधौ भव ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः आवाहनार्थे पुष्पं समर्पयामि ।

बेलपत्र चढाउँदै भन्ने मन्त्र

आसन- **अनेकरत्नसंयुक्त नानामणिगणान्वितम् ।**
इदं हेममयं दिव्यमासनं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदा शिवाय नमः आसनार्थे पुष्पमं समर्पयामि ।

गङ्गाजल वा तीर्थजल चढाउँदै भन्ने मन्त्र (यस्तै प्रकारले तल पनि गर्नु)

पाद्य- **गङ्गोदकं निर्मलं च सर्वसौगन्ध्यसंयुतम् ।**
पादप्रक्षालनार्थाय दत्तं मे प्रतिगृह्यताम् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ साम्बसदाशिवाय नमः पादयोः पाद्यं समर्पयामि ।

अर्घ्य- गन्धपुष्पाक्षतैर्युक्तमर्घ्यं सम्पादितं मया ।
गृहाण भगवन् शम्भो प्रसन्नो वरदो भव ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः हस्तयोः अर्घ्यं समर्पयामि ।

आचमन- कर्पूरेण सुगन्धेन वासितं स्वादु शीतलम् ।
तोयमाचमनीयार्थं गृहाण परमेश्वर ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

स्नान - मन्दाकिन्यास्तु यद्वारि सर्वपापहरं शुभम् ।
तदिदं कल्पितं देव स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः गंगा जलं समर्पयामि ।

स्नानाङ्ग- आचमन-स्नानान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

दुग्धस्नान- कामधेनुसमुद्भूतं सर्वेषां जीवनं परम् ।
पावनं यज्ञहेतुश्च पयः स्नानाय गृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः दुग्धस्नानं समर्पयामि ।
पुन शुद्धजलद्वारा स्नान गराउने ।

दधिस्नान- पयसस्तु समुद्भूतं मधुराम्लं शशिप्रभम् ।
दध्यानीतं मया देव स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः दधिस्नानं समर्पयामि ।

घृतस्नान- नवनीतसमुत्पन्नं सर्वसन्तोषकारकम् ।
घृतं तुभ्यं प्रदास्यामि स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः घृतस्नानं समर्पयामि ।

मधुस्नान- पुष्परेणुसमुत्पन्नं सुस्वादु मधुरं मधु ।
तेजःपुष्टिकरं दिव्यं स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः मधुस्नानं समर्पयामि ।

शर्करास्नान- इक्षुसारसमुद्भूतां शर्करां पुष्टिदां शुभाम् ।
मलापहारिकां दिव्यां स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः शर्करास्नानं समर्पयामि ।

पञ्चामृतस्नान- पयो दधि घृतं चैव मधु च शर्करान्वितम् ।
पञ्चामृतं मयाऽऽनीतं स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ साम्बसदाशिवाय नमः पञ्चामृतस्नानं समर्पयामि ।

गन्धोदकस्नान – मलयाचलसम्भूतचन्दनेन विमिश्रितम् ।
इदं गन्धोदकस्नानं कुङ्कुमाक्तं नु गृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः गन्धोदकस्नानं समर्पयामि ।

शुद्धोदकस्नान – शुद्धं यत् सलिलं दिव्यं गङ्गाजलसमं स्मृतम् ।।
समर्पितं मया भक्त्या शुद्धस्नानाय गृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि ।

स्नानान्त आचमन – शुद्धोदकस्नानान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

उक्त स्थानबाट झिकेर स्नान गराई कपडाले पुछेर पहिलेको नित्य स्थानमा राख्ने। अतः जल चढाउँदा अलग भाडोमा चढाउने।

वस्त्र- शीतवातोष्णसन्त्राणं लज्जाया रक्षणं परम् ।
देहालङ्करणं वस्त्रं धृत्वा शान्ति प्रयच्छ मे ।।
श्रीभगवते साम्बशिवाय नमः वस्त्रं समर्पयामि ।

आचमन- ॐ साम्बसदाशिवाय नमः
वस्त्रान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

उपवस्त्र – उपवस्त्रं प्रयच्छामि देवाय परमात्मने ।
भक्त्या समर्पितं देव प्रसीद परमेश्वर ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः उपवस्त्रं समर्पयामि ।

आचमन – उपवस्त्रान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

यज्ञोपवीत- नवभिस्तन्तुभिर्युक्तं त्रिगुणं देवतामयम् ।
उपवीतं मया दत्तं गृहाण परमेश्वर ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः यज्ञोपवीतं समर्पयामि ।

आचमनीय- यज्ञोपवीतान्ते आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

चन्दन – श्रीखण्डं चन्दनं दिव्यं गन्धाढ्यं सुमनोहरम् ।
विलेपनं सुरश्रेष्ठ चन्दनं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः चन्दनानुलेपनं समर्पयामि ।

अक्षत – अक्षताश्च सुरश्रेष्ठ कुङ्कुमाक्ताः सुशोभिताः ।
मया निवेदिता भक्त्या गृहाण परमेश्वर ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः अक्षतान् समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पुष्पमाला- माल्यादीनि सुगन्धीनि मालत्यादीनि भक्तितः ।
मयाऽहृतानि पुष्पाणि गृहाण परमेश्वर ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः पुष्पमालां समर्पयामि ।

बिल्वपत्र - त्रिदलं त्रिगुणाकारं त्रिनेत्रं च त्रिधायुतम् ।
त्रिजन्मपापसंहारं बिल्वपत्रं शिवार्पणम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः बिल्वपत्रं समर्पयामि ।

दूर्वा - दूर्वाङ्कुरान् सुहरितानमृतान् मङ्गलप्रदान् ।
आनीतांस्तव पूजार्थं गृहाण परमेश्वरः ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः दुर्वाङ्कुरान् समर्पयामि ।

शमी - अमङ्गलानां शमनीं शमनीं दुष्कृतस्य च ।
दुःस्वप्ननाशिनीं धन्यामर्पयेऽहं शमीं शुभाम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः शमीपत्राणि समर्पयामि

आभूषण- वज्रमाणिक्यवैदूर्यमुक्ताविद्रुममण्डितम् ।
पुष्परागसमायुक्तं भूषणं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः रत्नाभूषणं समर्पयामि ।

परिमलद्रव्य- दिव्यगन्धसमायुक्तं नानापरिमलान्वितम् ।
गन्धद्रव्यमिदं भक्त्या दत्तं स्वीकुरु शोभनम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः परिमलद्रव्याणि समर्पयामि ।

धूप - वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्ध उत्तमः ।
आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः धूपमाघ्रापयामि ।

दीप - साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वन्हिना योजितं मया ।
दीपं गृहाण देवेश ! त्रैलोक्यतिमिरापहम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः दीपं दर्शयामि ।

नैवेद्य- शर्कराखण्डखाद्यानि दधिक्षीरघृतानि च ।
आहारं भक्ष्यभोज्यं च नैवेद्यं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः नैवेद्यं निवेदयामि ।

आचमनीय- नैवेद्यान्ते ध्यानं आचमनीयं जलं उत्तरापोऽशनम्
हस्तप्रक्षालनार्थं मुखप्रक्षालनार्थं च जलं समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ऋतुफल- इदं फलं मया देव स्थापितं पुरतस्तव ।
तेन मे सफलावाप्तिर्भवेज्जन्मनि जन्मनि ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः ऋतुफलं निवेदयामि ।
आचमनीयं जलं उत्तरापोऽशनं च समर्पयामि ।

ताम्बूल- पूगीफलं महद्दिव्यं नागवल्लीदलैर्युतम् ।
एलालवङ्गसंयुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः ताम्बूलं समर्पयामि ।

दक्षिणा - हिरण्यगर्भगर्भस्थं हेमबीजं विभावसोः ।
अनन्तपुण्यफलदमतः शान्तिं प्रयच्छ मे ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः दक्षिणां समर्पयामि ।

आरती- कदलीगर्भसम्भूतं कर्पूरं तु प्रदीपितम् ।
आरार्तिकमहं कुर्वे पश्य मां वरदो भव ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः आरार्तिक्यं समर्पयामि ।

प्रदक्षिणा- यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणा पदे पदे ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः प्रदक्षिणां समर्पयामि ।

मन्त्रपुष्पाञ्जलि- श्रद्धया सिक्तया भक्त्या हार्दप्रेम्णा समर्पितः ।
मन्त्रपुष्पाञ्जलिश्चायं कृपया प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः मन्त्रपुष्पाञ्जलिं समर्पयामि ।

नमस्कार - नमः सर्वहितार्थाय जगदाधारहेतवे ।
साष्टाङ्गोऽयं प्रणामस्ते प्रयत्नेन मया कृतः ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः साष्टाङ्गदण्डवतं समर्पयामि ।

क्षमायाचना- मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वर ।
यत्पूजितं मया देव परिपूर्णं तदस्तु मे ।।
ॐ साम्बसदाशिवाय नमः क्षमायाचनां समर्पयामि ।
ॐ नमः शिवाय ! शिवार्पणमस्तु !

श्री शिवका १०८ नामावली पाठ गर्दा प्रदक्षिणा पछि गर्नु र मन्त्र पिच्छे फूल/पत्र वा जल अर्पण गर्नु उत्तम हुन्छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

शिव अति प्रसन्न हुने १०८ नामहरू सम्भव भएमा प्रत्येक सोमबार नभएमा वर्षमा एक पटक मात्र उच्चारण गर्दा पनि धेरै लाभ हुनेछ।

श्रीशिव-अष्टोत्तरशतनामावली (१०८)

१ ॐ शिवाय नमः ।
२ ॐ महेश्वराय नमः ।
३ ॐ शम्भवे नमः ।
४ ॐ पिनाकिने नमः ।
५ ॐ शशिशेखराय नमः ।
६ ॐ वामदेवाय नमः ।
७ ॐ विरूपाक्षाय नमः ।
८ ॐ कपर्दिने नमः ।
९ ॐ नीललोहिताय नमः ।
१० ॐ शङ्कराय नमः ।
११ ॐ शूलपाणिने नमः ।
१२ ॐ खट्वाङ्गिने नमः ।
१३ ॐ विष्णुवल्लभाय नमः ।
१४ ॐ शिपिविष्टाय नमः ।
१५ ॐ अम्बिकानाथाय नमः ।
१६ ॐ श्रीकण्ठाय नमः ।
१७ ॐ भक्तवत्सलाय नमः ।
१८ ॐ भवाय नमः ।
१९ ॐ शर्वाय नमः ।
२० ॐ त्रिलोकेशाय नमः ।
२१ ॐ शितिकण्ठाय नमः ।
२२ ॐ शिवाप्रियाय नमः ।
२३ ॐ उग्राय नमः ।
२४ ॐ कपालिने नमः ।
२५ ॐ कामारये नमः ।
२६ ॐ अन्धकासुरसूदनाय नमः ।
२७ ॐ गङ्गाधराय नमः ।
२८ ॐ ललाटाक्षाय नमः ।
२९ ॐ कालकालाय नमः ।
३० ॐ कृपानिधये नमः ।
३१ ॐ भीमाय नमः ।
३२ ॐ परशुहस्ताय नमः ।
३३ ॐ मृगपाणये नमः ।
३४ ॐ जटाधराय नमः ।
३५ ॐ कैलासवासिने नमः ।
३६ ॐ कवचिने नमः ।
३७ ॐ कठोराय नमः ।
३८ ॐ त्रिपुरान्तकाय नमः ।
३९ ॐ वृषाङ्काय नमः ।
४० ॐ वृषभारूढाय नमः ।
४१ ॐ भस्मोद्धूलितविग्रहाय नमः ।
४२ ॐ सामप्रियाय नमः ।
४३ ॐ स्वरमयाय नमः ।
४४ ॐ त्रयीमूर्तये नमः ।
४५ ॐ अनीश्वराय नमः ।
४६ ॐ सर्वज्ञाय नमः ।
४७ ॐ परमात्मने नमः ।
४८ ॐ सोमलोचनाय नमः ।
४९ ॐ सूर्यलोचनाय नमः ।
५० ॐ अग्निलोचनाय नमः ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

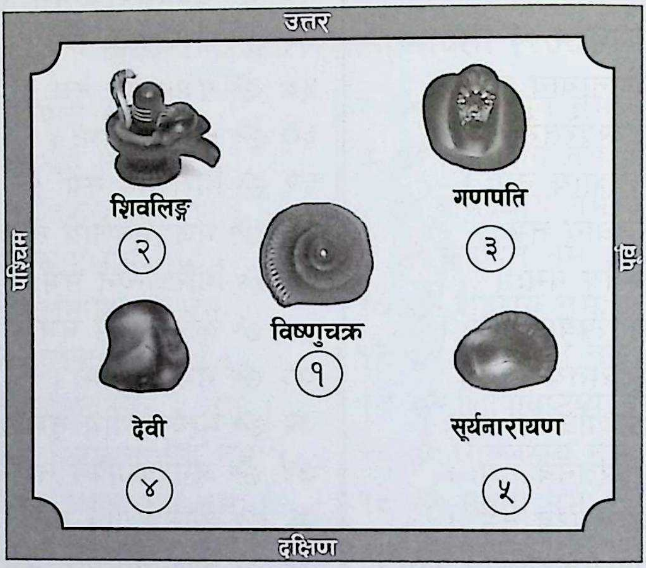
CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५१ ॐ हविर्यज्ञमयाय नमः ।
५२ ॐ सोमाय नमः ।
५३ ॐ पञ्चवक्त्राय नमः ।
५४ ॐ सदाशिवाय नमः ।
५५ ॐ विश्वेश्वराय नमः ।
५६ ॐ वीरभद्राय नमः ।
५७ ॐ गणनाथाय नमः ।
५८ ॐ प्रजापतये नमः ।
५९ ॐ हिरण्यरेतसे नमः ।
६० ॐ दुर्धर्षाय नमः ।
६१ ॐ गिरीशाय नमः ।
६२ ॐ गिरीशाय नमः ।
६३ ॐ अनघाय नमः ।
६४ ॐ भुजङ्गभूषणाय नमः ।
६५ ॐ भर्गाय नमः ।
६६ ॐ गिरिधन्विने नमः ।
६७ ॐ गिरिप्रियाय नमः ।
६८ ॐ कृत्तिवाससे नमः ।
६९ ॐ पुरारातये नमः ।
७० ॐ भगवते नमः ।
७१ ॐ प्रमथाधिपाय नमः ।
७२ ॐ मृत्युञ्जयाय नमः ।
७३ ॐ सूक्ष्मतनवे नमः ।
७४ ॐ जगद्व्यापिने नमः ।
७५ ॐ जगद्गुरवे नमः ।
७६ ॐ व्योमकेशाय नमः ।
७७ ॐ महासेनजनकाय नमः ।
७८ ॐ चारूविक्रमाय नमः ।
७९ ॐ रूद्राय नमः ।
८० ॐ भूतपतये नमः ।
८१ ॐ स्थाणवे नमः ।
८२ ॐ आहिर्बुध्न्याय नमः ।
८३ ॐ दिगम्बराय नमः ।
८४ ॐ अष्टमूर्तये नमः ।
८५ ॐ अनेकात्मने नमः ।
८६ ॐ सात्त्विकाय नमः ।
८७ ॐ शुद्धविग्रहाय नमः ।
८८ ॐ शाश्वताय नमः ।
८९ ॐ खण्डपरशवे नमः ।
९० ॐ अजपाशविमोचकाय नमः ।
९१ ॐ मृडाय नमः ।
९२ ॐ पशुपतये नमः ।
९३ ॐ देवाय नमः ।
९४ ॐ महादेवाय नमः ।
९५ ॐ अव्ययाय नमः ।
९६ ॐ प्रभवे नमः ।
९७ ॐ पूषदन्तभिदे नमः ।
९८ ॐ अव्यग्राय नमः ।
९९ ॐ दक्षाध्वरहराय नमः ।
१०० ॐ हराय नमः ।
१०१ ॐ भगनेत्रभिदे नमः ।
१०२ ॐ अव्यक्ताय नमः ।
१०३ ॐ सहस्राक्षाय नमः ।
१०४ ॐ सहस्रपदे नमः ।
१०५ ॐ अपवर्गप्रदाय नमः ।
१०६ ॐ अनन्ताय नमः ।
१०७ ॐ तारकाय नमः ।
१०८ ॐ परमेश्वराय नमः ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

६:२ विष्णुपञ्चाङ्ग (शालग्राम) विशेष पूजा



ॐ विष्णु-शिव-गणेश-दुर्गा-सूर्यनारायणेभ्यो नम : !

प्रातःकालीन स्नान, जप, ध्यानको क्रिया सकिएपछि पूजा आसनमा पूर्व, उत्तर, पश्चिम दिशा सम्मुख गरी शालग्रामलाई स्नान गराई तयार पारिएका यथा सामग्रीहरूद्वारा पूजा आरम्भ गर्नुपर्दछ। शालग्रामलाई स्नान गराइसकेपछि शुद्ध जलले छुट्टै भाँडोमा पुनः स्नान गराउनु र सो जल तलको मन्त्र उच्चारण गरी शिरमा लगाउनु र पिउनु।

अकालमृत्युहरणं सर्वव्याधिविनाशनम् ।
विष्णोः पादोदकं पीत्वा शिरसा धारयाम्यहम् ।।

शालिग्रामलाई स्नान गराई सकेपछि यसै पुस्तकको नित्य पूजा गर्ने पहिलो तरिका (पृष्ठ नं. २६) मा बताएअनुसार पूजा आरम्भ गरी चतुःश्लोकी भागवत पाठसम्म गरिसकेपछि मात्र शालिग्रामलाई पूजा आरम्भ गर्नु। विष्णुपञ्चाङ्ग शालिग्राम पूजाको मुख्य मन्त्र **'ॐ विष्णु, शिव, गणेश, देवी, सूर्यनारायणेभ्यो नमः'** भन्दै तल उल्लेख गरिएका सामाग्रीहरू मन्त्रसहित अर्पण गर्नु।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

आसन चढाउने- अनेकरत्नसंयुक्तं नानामणिगणान्वितम् ।
कार्तस्वरमयं दिव्यमासनं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
पुष्पं समर्पयामि ।

पाद्य चढाउने- गङ्गादिसर्वतीर्थेभ्य आनीतं तोयमुत्तमम् ।
पाद्यार्थं सम्प्रदास्यामि गृह्णन्तु परमेश्वराः ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
पाद्यं समर्पयामि ।

अर्घ्य चढाउने- गन्धपुष्पाक्षतैर्युक्तमर्घ्यं सम्पादितं मया ।
गृह्णन्त्वर्घ्यं महादेवाः प्रसन्नाश्च भवन्तु मे ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
अर्घ्यं समर्पयामि ।

आचमन चढाउने- कर्पूरेण सुगन्धेन वासितं स्वादु शीतलम् ।
तोयमाचमनीयार्थं गृह्णन्तु परमेश्वराः ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
आचमनं जलं समर्पयामि ।

स्नान गराउने- मन्दाकिन्याः समानीतैः कर्पूरागरुवासितैः ।
स्नानं कुर्वन्तु देवेश जलैरेभिः सुगन्धिभिः ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
स्नानं जलं समर्पयामि ।

पञ्चामृत स्नान- पयो दधि घृतं चैव मधु च शर्करान्वितम् ।
पञ्चामृतं मयाऽऽनीतं स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
पञ्चामृतं समर्पयामि ।

गन्धोदकस्नान- मलयाचलसम्भूतचन्दनेन विमिश्रितम् ।
इदं गन्धोदकं स्नानं कुङ्कुमाक्तं नु गृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
गन्धोदकस्नानं जलं समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

शुद्धोदकस्नान- **मलयाचलसम्भूतचन्दनाऽगरुमिश्रितम् ।**
सलिलं देवदेवेश ! शुद्धस्नानाय गृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
शुद्धोदकस्नानं जलं समर्पयामि ।

छुट्टै भाँडामा स्नान गराएको भएमा कपडाले पुछेर पहिलेको नित्यपुजा स्थानमा राख्ने र अन्य सामाग्री अर्पण गर्ने ।

वस्त्र/उपवस्त्र चढाउने- **शीतवातोष्णसंत्राणे लोकलज्जानिवारणे ।**
देहालङ्करणे वस्त्रे भवद्भ्यो वाससी शुभे ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
वस्त्रं समर्पयामि ।

यज्ञोपवीत चढाउने- **नवभिस्तन्तुभिर्युक्तं त्रिगुणं देवतामयम् ।**
उपवीतं मया दत्तं गृह्णन्तु परमेश्वराः ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
यज्ञोपवीतं समर्पयामि ।

चन्दन चढाउने- **श्रीखण्डं चन्दनं दिव्यं गन्धाढ्यं सुमनोहरम् ।**
विलेपनं सुरश्रेष्ठ चन्दनं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
चन्दनं समर्पयामि ।

पुष्पमाला चढाउने- **माल्यादीनि सुगन्धीनि मालत्यादीनि भक्तितः ।**
मयाऽऽनीतानि पुष्पाणि पूजार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
पुष्पमालां समर्पयामि ।

तुलसीदल/मञ्जरी चढाउने- **तुलसीं हेमरुपां च रत्नरुपां च मञ्जरीम् ।**
भवमोक्षप्रदां रम्यां अर्पयामि हरिप्रियाम् ।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
तुलसीदलं/तुलसीमञ्जरीं समर्पयामि ।

धूपबत्ति अर्पण गर्ने- **वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्ध उत्तमः।**
आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
धूपं आघ्रापयामि ।

दीप देखाउने- साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया ।
दीपं गृह्णन्तु देवेशास्त्रैलोक्यतिमिरापहम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
दीपज्योति दर्शयामि ।

नैवेद्य चढाउने- शर्कराखण्डखाद्यानि दधिक्षीरघृतानि च ।
आहारं भक्ष्यभोज्यं च नैवेद्यं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
नैवेद्यं निवेदयामि ।

ऋतुफल चढाउने- इदं फलं मया देव स्थापितं पुरतस्तव ।
तेन मे सफलतावाप्तिर्भवेज्जन्मनि जन्मनि ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
ऋतुफलं समर्पयामि ।

पान चढाउने- पूगीफलं महद्दिव्यं नागवल्लीदलैर्युतम् ।
एलालवङ्गसंयुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
ताम्बूलं समर्पयामि ।

दक्षिणा चढाउने- हिरण्यगर्भगर्भस्थं हेमबीजं विभावसोः ।
अनन्तपुण्यफलदमतः शान्तिं प्रयच्छ मे ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
दक्षिणाद्रव्यं समर्पयामि ।

आरती देखाउने- कदलीगर्भसम्भूतं कर्पूरं तु प्रदीपितम् ।
आरार्तिक्यमहं कुर्वे पश्य मे वरदो भव ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
आरतीं दर्शयामि ।

शङ्ख भ्रामण- शङ्खमध्ये स्थितं तोयं भ्रामितं केशवोपरि ।
अङ्गलग्नं मनुष्याणां ब्रह्महत्यां व्यपोहति ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
शङ्खभ्रामणं समर्पयामि ।

प्रदक्षिणा गर्ने- यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणां पदे पदे ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
प्रदक्षिणाजलं समर्पयामि ।

मन्त्रपुष्पाञ्जली गर्ने- श्रद्धया सिक्तया भक्त्या हार्दप्रेम्णा समर्पितः ।
मन्त्रपुष्पाञ्जलिश्चायं कृपया प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
मन्त्रपुष्पाञ्जलिं समर्पयामि ।

नमस्कार गर्ने- नमोऽस्त्वनन्ताय सहस्रमूर्तये सहस्रपादाक्षिशिरोरुबाहवे ।
सहस्रनाम्ने पुरुषाय शाश्वते सहस्रकोटियुगधारिणे नमः ।।
ॐ विष्णु-शिव-गणेश-देवी-सूर्यनारायणेभ्यो नमः,
नमस्कारं समर्पयामि ।

लक्ष्मीनारायणको स्मरणमा प्रार्थना गर्ने

शान्तकारं भुजगयशयनं पद्मनाभं सुरेशम्
विश्वाधारं गगनसदृशं मेघवर्णं शुभाङ्गम् ।
लक्ष्मीकान्तं कमलनयनं योगिभिर्ध्यानगम्यम्
वन्दे विष्णुं भवभयहरं सर्वलोकैकनाथम् ।।
यं ब्रह्मा वरुणेन्द्ररुद्रमरुतः स्तुन्वन्ति दिव्यैः
स्तवै वेंदैः साङ्गपदक्रमोपनिषदैर्गायन्ति यं सामगाः ।
ध्यानावस्थिततद्गतेन मनसा पश्यन्ति यं योगिनो
यस्नानतं न विदुः सुरासुरगणा देवाय तस्मै नमः ।।

विष्णुस्मरण प्राथना गर्ने

सशङ्खचक्रं सकिरीटकुण्डलं सपीतवस्त्रं सरसीरुहेक्षणम् ।
सहारवक्षः स्थलकौस्तुभश्रियं नमामि विष्णुं शिरसा चतुर्भुम् ।।
कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मनावाऽनुसृतः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।
मन्त्र पढी जल छोड्ने, हात जोड्ने समाप्त गर्ने ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

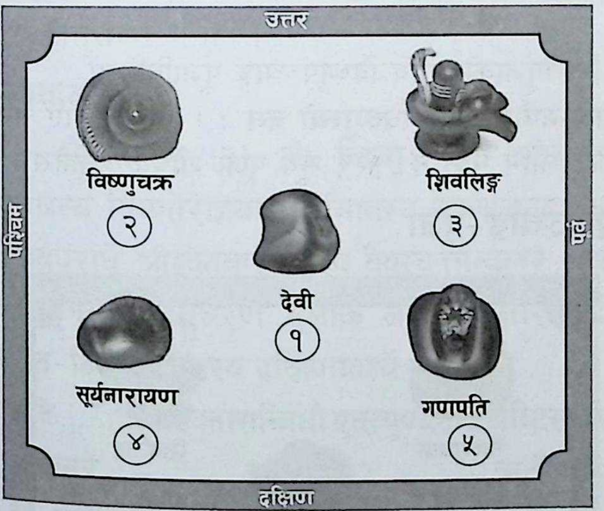
क्षमायाचना गर्दा भन्ने श्लोकः

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।
पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वर !
मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वर
यत्पूजितं मयादेव परिपूर्णं तदस्तु मे ! (दुबै कान छुने)

वैदिक मन्त्र **ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।**
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ।।
ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ।
ॐ विष्णुपञ्चाङ्गदेवतोभ्यो नमः

ॐ विष्णवे नमः ! ॐ विष्णवे नमः !! ॐ विष्णवे नमः!!!

६:३ दुर्गापञ्चाङ्ग पूजा



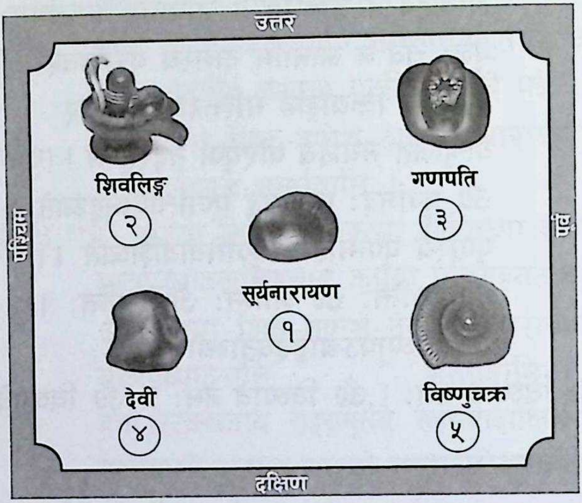
ॐ दुर्गा-विष्णु-शिव-सूर्य-गणेशेभ्यो नमः !

दुर्गा पञ्चाङ्ग पूजा पनि विष्णुपञ्चाङ्ग पूजाजस्तै गर्नु । पृष्ठ नं. ८६ मा दिइएको दुर्गा पूजा शिर्षक पनि अध्ययन गरेर गर्दा सहज होला । यस पूजाको मन्त्र **ॐ दुर्गा-विष्णु-शिव-सूर्य-गणेशेभ्यो नमः !** उच्चारण गर्नु ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

६:४ सूर्यपञ्चाङ्ग-पूजा



ॐ सूर्य-शिव-गणेश-देवी-विष्णुभ्यो नम : !

सूर्यपञ्चाङ्ग नित्यपूजाको लागि विष्णुपञ्चाङ्ग पूजाविधिमा **ॐ सूर्य-शिव-गणेश-देवी-विष्णुभ्यो नम :** ! भन्ने लगाए गर्नुहोस् । तर विशेष पूजाको लागि पृष्ठ नं. १२९ सूर्य पूजा शीर्षक हेर्नुहोस् ।

६:५ गणेशपञ्चाङ्ग-पूजा

ॐ गणेश-विष्णु-शिव-देवी-सूर्येभ्यो नमः !

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गणेशपञ्चाङ्ग नित्यपूजाको लागि विष्णुपञ्चाङ्ग पूजाविधिमा **ॐ गणेश-विष्णु-शिव-देवी-सूर्येभ्यो नमः** ! भन्ने मन्त्र लगाएर गर्नुहोस् । तर विशेष पूजाको लागि पृष्ठ नं. ६५ गणेश पूजा शीर्षक हेर्नुहोस् ।

६:६ लक्ष्मीपूजा

यसै पुस्तकको पृष्ठ नं. १०६ लक्ष्मीपूजा शीर्षक अध्ययन गरी विष्णुपूजा विधि अनुसरण गर्नुहोस् ।

६:७ नागपूजा

यसै पुस्तकको पृष्ठ नं. ५३ नाग पञ्चमी शीर्षक अध्ययन गरी विष्णु र शिवपूजा विधि अनुसरण गरी मिलाएर नाग पूजा गर्नुहोस् ।

६:८ सरस्वतीपूजा

यसै पुस्तकको पृष्ठ नं. १४२ मा दिइएको सरस्वती पूजा शीर्षक अध्ययन गरी अनुसरण गर्नुहोस् ।

६:९ संकल्पवाक्यम्

हरिः ॐ तत्सत् (३) ॐ विष्णुः (३) अद्येह श्रीमद्भगवतो महापुराणपुरूषस्य विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य सकलजगतः सृष्टिकारिणो ब्रह्मणो द्वितीयपरार्धे श्रीश्वेतवाराहकल्पे वैवस्वतमन्वन्तरे अष्टाविंशतितमे कलियुगे कलियुगस्य प्रथमचरणे भूर्लोके जम्बूद्वीपे भारतवर्षे भरतखण्डे आर्यावर्तान्तर्गत-हिमवत्खण्डस्य दक्षिणपार्श्वे नेपालदेशे ....जनपदे ....स्थाने ....देवतासन्निधौ एतत्पुण्यक्षेत्रे षष्टिसंवत्सराणां मध्ये ....संवत्सरे ....अयने ....ऋतौ ....मासे ....पक्षे................तिथौ................वासरे............... राशिस्थिते श्रीसूर्ये.................राशिस्थिते चन्द्रमसि.................... राशिस्थिते देवगुरौ अन्येषु ग्रहेषु यथायथाराशिस्थितेषु सत्सु एवं ग्रहगणविशेषेण विशिष्टायां.................शुभपुण्यतिथौ अद्येह .... गोत्रोत्पन्नः...............शर्माऽहं .... कर्म करिष्ये ।

॥ॐ॥

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

वार्षिक चाडपर्व

७. मातातीर्थ औँसी

वैशाख कृष्णपक्षमा आउने औँसी मातातीर्थ औँसीको नामबाट चिनिन्छ। यस दिन मातातीर्थ वा अन्य तीर्थ, कुण्डमा गएर, घरमा ल्याएको तीर्थ जलद्वारा जौ, तिल, कुश स्नानमन्त्रसहित स्नान गर्नुपर्दछ'।

स्नानमन्त्र :

वैशाखं सकलं मासं मेषसङ्क्रमणे रवेः ।
प्रातः सनियमं स्नास्ये प्रीयतां मधुसूदन ।।

यो श्लोक उच्चारण गरी स्नान गरेर तामाको भाँडा वा हत्केलाद्वारा गायत्रीमाता, स्नान/स्थान जलदेवता, हरिहर नारायण र सूर्यनारायणलाई चल चढाउनु र आमा नभएकाहरूले आमाको नाममा पनि चढाउनु पर्दछ। यथासम्भव हरिहर भगवान्को दर्शन गर्दा उत्तम हुन्छ। आमासँगै रहनेले मीठो खानाका परिकार ख्वाउने तथा राम्रा-राम्रा नयाँ वस्त्र लगाइदिने, आमाबाट टाढा रहने व्यक्तिले भेट्न सम्भव नभएमा आमाको नाममा खानेकुरा, कपडा, पैसा सम्झना गरेर राखी (भेटमा दिने गरी) फोनबाट आशीर्वाद लिने पनि चलन छ। आमा स्वर्गवास भएका व्यक्तिले आमालाई हृदयले स्मरण गरी आमाको नाममा यथासम्भव वस्तु (कपडा, पैसा, फलफूल, दूध) गरिब, दीनदुःखीहरूलाई विशेष गरेर महिला, नभए कन्यालाई दान गर्नु, खुवाउनु वा बाँड्नुपर्दछ। यस दिन दुध दान गर्नु उत्तम हुन्छ। आफ्ना दिदीबहिनी, भान्जाभान्जी, ज्वाईं-चेलासहित ब्राह्मणलाई समेत खुवाई यथाशक्ति सिधा दान गर्दा आफ्ना पितृ प्रसन्न भई दान गरेभन्दा सयौँ गुना बढी आशीर्वाद दिन्छन् र पारिवारमा सुख, शान्ति, उन्नति हुन्छ भन्ने मान्यता छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

८. अक्षयतृतीया

वैशाख शुक्लपक्ष तृतीया तिथिमा पर्ने यो दिन अक्षय तृतीया वा धर्म-घटादिदानम् नामले चिनिन्छ। यस दिन परशुरामको जन्म दिन पनि पर्ने हुँदा परशुराम जयन्ती दिवसले पनि प्रसिद्ध छ । यसै दिनदेखि त्रेतायुग लागेको थियो । यसै दिन कैलाशपति शिव शङ्कर भोलेनाथ र माता पार्वतीको शुभ-विवाह पनि भएको हुँदा काठमाडौँको पशुपति क्षेत्रमा धुमधामसँग बजागाजासहित विवाह महोत्सव मनाएको पाइन्छ।

यस दिन पनि मातातीर्थ औँसीको दिनमा भैँ गरेर समन्त्र स्नान गर्नुपर्दछ। विधिपूर्वक स्नान-जप-दान गर्नाले हजारौँगुणा पुण्य प्राप्त गर्न सकिन्छ। आफ्ना पितृहरूको नाममा विशेष वस्तु जस्तै छाता, कपडा, जुत्ता, सातु र सर्वतले भरिएको घडा नजिकको तीर्थस्थल, पितृको दाहसंस्कार स्थल नजिक वा कुनै पनि चौबाटोमा दान गर्दा उत्तम हुन्छ। दान गर्दा आफैले पितृहरू स्मरण गर्दै धेरै जनालाई दुई हातले छोएर दाहिने हातद्वारा हातमा नै दिनुपर्दछ। दान गर्ने वस्तुहरू एकै ठाउँमा राखेर मधुसूदन भगवान्लाई स्मरण गर्दै जौ, तिल, कुश, चन्दन, केशरी, फूलद्वारा शुद्ध मन, वचन, कर्मले यथाज्ञानवचन सङ्कल्प पूजा गरी धुप, दीप, नैवेद्य, भेटी चढाई प्रार्थना गरेर मात्र दान गर्दा पुण्य प्राप्त हुन्छ। निम्न मन्त्र पढ्दै फूल चन्दन/केशरी हातमा लिएर प्रार्थना गर्नुपर्दछ ।

यत्किञ्चिद् दीयते दानं स्वल्पं वा यदि वा बहु ।
तत्सर्वमक्षयं यत्स्यात्तेनेयमक्षया स्मृता ।।
एष धर्मघटो दत्तो ब्रह्मविष्णुशिवात्मकः ।
अस्य प्रदानात्तृप्यन्तु पितरोऽपि पितामहाः ।।
गन्धोदकं तिलैः मिश्रं सान्नं कुम्भं फलान्वितम् ।
पितृभ्यः सम्प्रदास्यामि अक्षय्यमुपतिष्ठतु ।।

संकल्पको लागि पृष्ठ नं ४९ को संकल्पवाक्य र पूजाको लागि पृष्ठ नं. २६ अध्ययन गर्नुहोस् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

९. बुद्धजयन्ती

वैशाख शुक्लपक्षमा पर्ने पूर्णिमा तिथिका दिन भगवान् विष्णुले २३ औं अवतारमा बुद्धको रूपमा जन्म लिएकोले बुद्धजयन्ती वा बुद्ध पूर्णिमा भनेर चिनिन्छ। भगवान् विष्णुको चौबीस मुख्य अवतारमध्ये २३ औं अवतारको रूपमा बुद्ध जन्मेको प्रमाण श्रीमद्भागवत, विष्णुपुराणमा पाइन्छ। भगवान् बुद्ध नेपालको लुम्बिनी अञ्चल कपिलवस्तु जिल्लाको तिलौराकोट भन्ने ठाउँमा राजा शुद्योदन र रानी मायाँदेवीको कोखबाट जन्मनु भएको थियो। उहाँको वाल्यकालको नाम सिद्धार्थ गौतम थियो। बुद्धत्व (ज्ञान) प्राप्त भैसकेपछि भगवान्को रूपमा प्रसिद्ध हुनुभयो। यस दिन विधिपूर्वक स्नान गरेर बुद्ध भगवान्को जन्मस्थल लुम्बिनीको दर्शन गर्ने नजिकको विष्णु भगवान्को मन्दिरमा पूजाआराधना गर्ने बुद्धिष्ठहरूले गुम्बाहरूमा शान्तपूर्वक ध्यान, दर्शन गर्ने गर्दछन्।

१०. दशहरा

ज्येष्ठ शुक्लपक्ष दशमी तिथिको दिन दशवटा योग परेकोले यो दिन दशहरा नामले चिनिन्छ। ज्येष्ठ महिना, शुक्लपक्ष, दशमी तिथि, बुधबार, हस्ता नक्षत्र, व्यतिपात योग, गर करण आनन्द योग, कन्या राशिमा चन्द्रमा र वृष राशिमा सूर्य नै दश योग हुन्। कुनै वर्षमा बुधबार नपरे पनि दशयोग भने पर्दछ। गङ्गा, तीर्थधारा/कुण्ड वा घरको धारामा नै जनै, तिल, कुशसहित विधिपूर्वक समन्त्र स्नान गरी जप-ध्यान-दान गर्नाले दश थरीका पाप नाश हुन्छन् भनेर वराह पुराणमा लेखिएको छ। यस दिन दक्षिणासहित तिल दान गरे अश्वमेध यज्ञ समान फल मिल्दछ।

यस दिन दश प्रकारका दाल-तरकारी मिलाएर खाने, ख्वाउने र दश किसिमका वस्तुहरू दान गर्ने पनि चलन छ।

दशहरास्नान गर्दा भन्ने मन्त्र :

नमो भगवत्यै दशपापहरायै गङ्गायै नारायण्यै
रेवत्यै शिवायै रुक्षायै अमृतायै विश्वरुपिण्यै ते नमो नमः।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

११. गुरुपूर्णिमा

हिन्दु धर्मशास्त्रमा अति महत्त्वपूर्ण मानिएको दिन गुरूपूर्णिमा तथा व्यासपूर्णिमाको नामले प्रसिद्ध छ। शास्त्रअनुसार गुरू/मनुष्यका लागि साक्षात् भगवान् हुनुहुन्छ त्यसैले यस दिन आफूले मन्त्र, दीक्षा वा शिक्षा लिएका व्यक्तिहरूलाई देवताको रूपमा श्रद्धापूर्वक सम्मान गरी दक्षिणा, कलमकिताब वा अन्य वस्तुहरू उपहारस्वरूप गुरूलाई अर्पण गरी आशीर्वाद, प्रेरणाका वचन/वाणी श्रवण गर्ने गरिन्छ। नागगणका गुरू शेषनाग र मानव जगतका गुरू व्यास भएको कुरा शास्त्रमा उल्लेख छ।

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुर्रुदेवो महेश्वरः ।
गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्रीगुरवे नमः ।।

१२. नागपञ्चमी

श्रावण शुक्लपक्षमा पर्ने पञ्चमी तिथि नागपञ्चमीको नामबाट प्रसिद्ध छ। यस दिनमा नागको शिर उत्तरतर्फ फर्केको हुन्छ त्यसैले आफूले पूजा गर्दा पूर्वतर्फ फर्केर नागलाई दाहिनेतर्फबाट पूजा गर्नुपर्दछ। नागदेवतालाई पृथ्वीको मालिक मानिन्छ। सामान्यरूपबाट पूजा गर्दा नागको फोटो पूजा गरेर मूल ढोकाको शिरमा गाईको गोबरद्वारा हरियो दुबो लगाई टाँसिन्छ भने विशेष पूजा गर्दा निकै सावधानीपूर्वक गर्नुपर्दछ। यस दिन घरमा, नागस्थान र नागमन्दिरहरूमा विशेष पूजा गरिन्छ। विशेष पूजाका रूपमा रूद्री पूजालाई चिनिन्छ।

नागपूजा गर्दा अक्षता, रातो टीका, रातो फूल, कपासको फूल, केतकी फूल, अनारको फूल चढाउनु हुँदैन। बेलपत्र, बेलफल, धतुराको फल, फूल, सेतो, पहेँलो पुष्प, गाईको दूध (काँचो), धानको लावा, चामलको रोटी, टीका, खीर, जौ, तिल, कुश, ध्वजा, कपडा ...... प्रिय हुन्। चामल/गहुँ/जौंको पिठोको वा माटोको नाग, कुशको जिब्रो र पुच्छर, मांसका आँखा बनाई विधिपूर्वक पूजा अर्चना गरी जलमा प्रवाह गर्नुपर्दछ। विधिपूर्वक पूजा गर्ने व्यक्तिले अघिल्लो दिनमा मध्याह्नमा शुद्ध भोजन एक छाक मात्र ग्रहण गरी अर्को दिन पूजा सकिएपछि शुद्ध भोजन गर्नुपर्दछ। श्रीकृष्ण भगवान्ले काली नागलाई यमुना नदीबाट झिकेको समयपछि मात्र नागपूजाको चलन चलेको पाइन्छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

नाग नौवटा नामले चिनिन्छन् जस्तैः अनन्त, वासुकी, शेष, पद्मनाभ, कम्बल, धृतराष्ट्र, शङ्खपाल, तक्षक, कालीय हुन् । यी नागमध्ये कुनै विशेष नागको विशेष पूजा गर्दा भने सामग्रीहरू फरक पर्दछन् । नागलाई भोजन भोग लगाउँदा सधैँ चिसो बनाएर मात्र लगाउनुपर्दछ । नागको मूर्ति वा फोटो आगोबाट टाढा राख्नुपर्दछ । नागगणमा वासुकी नाग राजा र शेषनाग गुरूका रूपमा चिनिन्छन् । अष्टनागमा शेषनाग पर्दैनन् उनलाई गुरू स्थानमा राखिएको छ ।

अष्टनाग श्लोक-

अनन्तो वासुकी पद्मः महापद्मश्च तक्षकः ।
कुलीरः कर्कटः शङ्खश्चाष्टौ नागाः प्रकीर्तिताः ।

नवनाग श्लोक-

अनन्तो वासुकी शेषः पद्मनाभश्च कम्बलः ।
शंङ्खपाल धार्तराष्ट्रः तक्षकः कालियस्तथा ।।

१३. जनैपूर्णिमा

श्रावण महिनाको शुक्लपक्षको पूर्णिमाको दिन जनैपूर्णिमा, रक्षाबन्धन र ऋषितर्पणीका नामले प्रसिद्ध छ। यस दिन नजिकको तीर्थ वा जलाशयमा वैदिक मन्त्र उच्चारण गरी स्नान गरेर ब्राह्मणद्वारा अभिमन्त्रित (यज्ञोपवीत) जनै परिवर्तन गरेर मात्र जप ध्यान गर्नुपर्दछ। जनै शरीरमा राख्दा शिरबाट राखिन्छ भने निकाल्दा घाँटीबाट नचुँडाली झिक्नुपर्दछ। सप्तऋषिहरू कश्यप, अत्रि, भरद्वाज, विश्वामित्र, गौतम, जमदग्नि, वशिष्ठ र अरून्धतीको स्मरण, पूजा गरी वैदिक मन्त्रद्वारा अभिमन्त्रित रक्षाबन्धन गर्नुपर्दछ। आफूले अरूलाई रक्षाबन्धन लगाइदिँदा निम्न मन्त्र उच्चारण गर्दै लगाइदिनुपर्दछ ।

येन बद्धो बली राजा दानवेन्द्रो महाबलः ।
तेन त्वां प्रतिबध्नामि रक्षे मा चल मा चल ।।

यस दिन ब्राह्मण, भान्जा, ज्वाई, भिनाजु तथा मान्यजनबाट रक्षाबन्धन लिने गरिन्छ । केही स्थानहरूमा दिदीबहिनीको हातबाट समेत राखी लिने चलन छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

हरिहर भाष्यमा ब्रह्माले सूत्र पैदा गरे, विष्णुले तिगुना गरे, शिवजीले गाँठो पारे र सावित्रीले अभिमन्त्रण गरी पवित्र जनै तैयार भएको भन्ने कथन छ ।

अष्टमीको दिन मास, मुगी, चना, भटमास, केराउ आदि भिजाएर राखी पूर्णिमाको दिन पकाएर रससहित (क्वाँटी) चराचुरूङ्गीलाई खुवाई खानाले वर्षाको सर्दी हट्छ भन्ने भनाई पनि छ ।

१४. कृष्णाष्टमी

भाद्र महिनाको कृष्णपक्षमा पर्ने अष्टमी तिथि नै कृष्णाष्टमी भनेर चिनिन्छ । श्रीमद्भागवत् र विष्णुपुराणकाअनुसार विष्णु भगवान्को अवतारको रूपमा श्रीकृष्णको जन्म यसै तिथिमा भएकोले कृष्णाष्टमी भनिएको हो । विष्णु भगवान्ले श्रीकृष्णको रूपमा जन्म लिई देवताहरूलाई निकै दुःख दिइरहेको राक्षस कंशलाई वध गर्नुभई सत्यका पक्षमा देवताहरूले विजय हासिल गर्न सफल भएको र महान् पवित्र ग्रन्थ गीता मानवले पाउनु ठूलो महत्त्व भएकोले यस दिन धुमधामसँग पूजा, अर्चना, भजनसँगै व्रत पनि बसिन्छ । श्रीकृष्ण भगवान्को बाल्यकालको फोटो-मूर्तिलाई झुलामा राखेर हल्लाउँदै भजन कीर्तन गरी नाचगान गर्ने चलन व्यापक छ ।*

यस दिन विशेष पूजा गर्न चाहने भक्तले यसै पुस्तकमा लिखित विष्णु पूजाविधिअनुसार गर्नुहोला भने सामान्य रूपबाट गर्दा निम्न कुरामा ध्यान दिनुहोला । दैनिक पूजा गर्दा राधाकृष्णको फोटो/मूर्ति अगाडि राखी पूजा क्रमले गर्नुपर्दछ ।

पूजा गर्दा "**ॐ नमो भगवते वासुदेवाय**" मन्त्र उच्चारण गर्दै चन्दनम् पुष्पम्, फलम् ... श्री कृष्णार्पणमस्तु भन्दै चढाउनुपर्दछ । धुपबत्ती, आरती, नैवेद्यपछि यथासमय "**ॐ नमो भगवते वासुदेवाय**"

*(*श्री कृष्णको जन्म, बाल्यकाल र उहाँका लीलाहरू र वृन्दावनको व्रजमण्डल, घेरा र वनको विस्तृत विवरणको ज्ञान लिन चाहने भक्तहरूले कवि प्रसाद गौतमद्वारा लिखित प्रा.डा. राजेन्द्र गुरागाईद्वारा सम्पादन गरिएको बृहत सख्यरस नामक पुस्तकमा सरल र विस्तृत रूपमा नेपाली भाषामा उल्लेख गरिएको छ ।)*

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मन्त्रको भजन गाउनु र सोही मन्त्र तुलसीको मालाद्वारा एक सय आठ वा यथाशक्ति जप गर्दा उत्तम हुन्छ । पूजा गर्दा श्रीकृष्ण भगवान्लाई मनपर्ने सामग्रीहरू जस्तैः कालो तिल, दही, उखु, तुलसीपत्र, रङ्गीचङ्गी फूल, झुला, प्रयोग गर्नुपर्दछ । पूजा गर्दा विष्णुपूजा विधिमा '**ॐ विष्णवे नमः**' भन्ने वाक्यको सट्टामा '**ॐ श्री राधाकृष्णाभ्यां नमः**' भन्ने वाक्य उच्चारण गर्नुपदर्छ ।

१५ कुशे औँसी

भाद्र कृष्णपक्षको यो तिथि कुशेऔँशीको नामले चिनिन्छ । वैशाखमा आउने औँसीलाई आमाको मुख हेर्ने दिन र यसलाई बुबाको मुख हेर्ने दिन (औँसी तिथि) भन्ने गरिन्छ । वर्ष दिनभरि हरेक देवकार्य र पितृकार्य सबै गर्दा नभई नहुने पवित्र वस्तु कुश आजको दिन भित्र्याइन्छ । कुशलाई औजारले काट्नुहुँदैन । तलको मन्त्र उच्चारण गर्दै उखेलेर ल्याउनुपर्दछ वा घरभित्र पूजास्थान नजिक पवित्र उच्चस्थानमा राख्नुपर्दछ ।

ॐ विरिञ्चिना सहोत्पन्नः परमेष्ठिनिसर्गतः ।
नुद पापानि सर्वाणि दर्भ स्वस्तिकरो भव ।। ॐ हुँ फट् स्वाहा ।।

बुबा जीवित हुनेले के गर्ने र बुबाको स्वर्गवास भइसकेकाहरूले के-कसरी गर्ने भन्ने प्रश्न उठ्न सक्छ तसर्थ यसै पुस्तकमा मातृऔँसीमा दिइएको विधिमा आमाको स्थानमा बुबालाई राखेर सोहीअनुसार विधान गर्दा उत्तम हुन्छ । एउटा ध्यान दिनुपर्ने कुरा के छ भने, कुनै पनि औँसी भन्ने बित्तिकै बिहान ब्रह्म मुहूर्तको समयमा नै उठेर कसैसँग पनि नबोलीकन विधिसम्मत स्नान गर्नु दान दक्षिणा गर्नु उत्तम हुन्छ ।

१६. हरितालिका/तीज (शिवपूजा)

भाद्र शुक्लपक्षको तृतीया तिथिमा पर्ने हरितालिका पर्व तीज नामले प्रसिद्ध छ । महिलाहरूद्वारा आफ्नो अखण्ड सौभाग्यको निमित्त व्रतसँगै नाचगान गरी यो पर्व मनाइन्छ । यस दिन निराहार, जलाहार र फलाहार (आफ्नो क्षमताअनुसार) गरी व्रत बस्ने चलन छ । यसरी व्रत

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

बसी विधिपूर्वक पूजा-आराधना गर्नाले कन्याले आफूले मनपराएको वा इच्छा राखेको पुरूषसँग विवाह गर्न सफल हुन्छन् र विवाहित महिलाहरू दाम्पत्य जीवनमा गाढा/गहिरो प्रेमभाव बढाउनुका साथै आकस्मिक रूपमा विधवा हुन नपरोस् भन्ने मनोकामना पूरा होस् भनी व्रत लिने परम्परा हो । आजभोलि पतिको आयुवृद्धि गर्न श्रीमतीले व्रत गरेको भन्ने तरिकाले अपव्याख्या भएको पाइन्छ । त्यसरी बहुअर्थ लिनुभन्दा आफ्नो लागि सम्झेर गर्नु राम्रो हुन्छ । यस दिन अखण्ड सौभाग्य प्राप्तिको निमित्त गरिने/मनाइने पर्व भएकोले सौभाग्य प्रतीकको रूपमा रातो वस्त्र लगाउने, षोडश शृङ्गार गर्ने, साथीहरू वा दिदीबहिनी वा छोरीबेटीहरूसँग मित्रता नवीकरण गर्ने, द्वितीयाको दिन (एक दिन मात्र) सबै जनासँगै मिलेर रमाइलो गर्दै भोजन गर्ने, कसैसँग इर्ष्या, डाह र रिस नगर्ने यस चाडका मुख्य विशेषता हुन् । यी भन्दा बाहिरका अन्य कुराहरू समाजमा हुर्केका विकृति हुन् ।

यस सम्बन्धमा भविष्यपुराणकाअनुसार तीज पर्वको कथा प्रसङ्ग छोटकरीमा यस प्रकार छ । सत्य युगमा हिमालय पर्वतकी पुत्री पार्वतीले श्रीमहादेवलाई पतिका रूपमा पाउन सकूँ भनेर बाल्यकालदेखि नै तपस्यारत हुनुभयो । नारदजीले यी कन्याका लागि उत्तम वर विष्णु हुन सक्छन् भनेर हिमालय पर्वतसँग सल्लाह मिलाउनु भयो तर पार्वतीलाई यो सल्लाहप्रति दुःख लाग्यो । त्यसैले एकान्तस्थानमा भावविभोर भई जल, अन्न नलिई निराहार रूपमा त्यही स्थानमा उपलब्ध सामग्री केवल बालुवा, ढुङ्गाबाट श्रीमहादेवलाई स्मरण गरी बालुवाको शिवलिङ्ग बनाई आराधना आरम्भ गर्नुभयो । यस्तो कठोर आराधनाबाट महादेवको ध्यान भङ्ग भयो, तत्कालै पार्वतीजीले ध्यान गरेको स्थानमा पुग्नुभयो र सोध्नुभयो । पार्वतीले आफ्नो इच्छा, चाहना सम्पूर्ण विस्तारमा सुनाउनु भयो । अन्ततः श्रीमहादेवजीले तथास्तु तिमीले भनेअनुसार नै हुनेछ भनेर कैलाशमा फर्किनुभयो । पछि पार्वतीका जीवनमा ती सबै कुराहरू पूर्ण भएको हुनाले यस दिन बिहान स्नान कर्म विधिपूर्वक गरिसकेपछि नित्य पूजाको समयमा सङ्कल्प, ध्यान गरी व्रत गर्ने चलन छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पूजाविधि :

पञ्चपात्र, फूल, फल, नैवेद्य, टीका, चन्दन, अगरबत्ती, दीपज्योति तयार गरी राख्ने (मनमनै गायत्री मन्त्र, शिव मन्त्र वा मनले चाहेका अन्य मन्त्रहरू मानसिक जप गर्न सकिन्छ)

शुद्धि गर्ने : बाँया हातमा जल राख्ने दाँया हातले ढाक्ने र तलको मन्त्र पढेर जललाई दाँया हातले शरीरमा, पूजा आसनमा अभिषेक (छर्कने) गर्ने ।

मन्त्र - **ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।**
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।

टीका लगाउने : बाँया हातमा चन्दन वा भष्म राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै चलाउने र पढ्दै निधारमा लगाई हात धुने । आफ्नो निधार खाली गरेर पूजा कहिल्यै गर्नु हुँदैन ।

मन्त्र - **ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।**
ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीयमामृतात् ।।

सङ्कल्पः (हातमा कुश-तिलानी लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** ...... (आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्नः** (आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री) ..... **नामाहं मम कायिक-वाचिक-मानसिक-सांसर्गिक-ज्ञाताज्ञात-सकलदोषपरिहारार्थं श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त- फलप्राप्तये श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं कुलपितृस्मरण पूर्वकं पञ्चाङ्गदेवतापूजनं करिष्ये ।** (जल छोड्ने ।)

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।
आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने
चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएका कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।
ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः
ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!
(धेरै कलश भएमा कलशअनुसार देवताको नाम लिने)

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)
गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।
उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :
ॐ गणनान्त्वागणपति ꣸ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ꣸ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ꣸ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने) **आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्य समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि ।** (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना– **वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !**
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषुसर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

शङ्खघण्टको पूजा– ॐ भूर्भुवः स्वः घण्टस्थिताय गरुडाय नमः ॐ शङ्खाय नमः आफूसँग भएका सबै सामग्रीहरू शंख र घण्टमा अर्पण गर्ने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

शङ्खमा (भएमा दायाँ उत्तम) जल, जौ, तिल, कुश, तुलसीपत्र राखेर हातले ढाक्ने र गायत्रीमन्त्र (**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।)** भन्ने, शङ्खको जलद्वारा कुल - पितृलाई सम्झेर तर्पण दिने (दायाँहातको बूढी औंलातिरबाट दक्षिण फर्केर)

ॐ पितृभ्यो जलार्पणम् ।३। **ॐ कुलदेवाय जलार्पणम् ।३।**

ॐ इष्टदेवताभ्यो जलार्पणम् ।३। सेता, पहेँला फूल...... अर्पण गर्ने।

ॐ गुरुभ्यो जलार्पणम् (३) (गुरू स्वर्गवास भएको भएमा मात्र)

मङ्गलाचरण–

(अगरबत्ती बालेर फूल, चन्दनसहित हातमा लिई नहल्लाउने र निम्न भगवान्हरूका नाम स्मरण गर्ने)

१. **ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः।** २. **ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः।**
३. **ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः।** ४. **ॐ वाणीहिरण्यगर्भाभ्यां नमः।**
५. **ॐ शचीपुरन्दराभ्यां नमः।** ६. **ॐ मातापितृचरणकमलेभ्यो नमः।**
७. **ॐ पितृभ्यो नमः।** ८. **ॐ कुलदेवताभ्यो नमः।**
९. **ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः।** १०. **ॐ ग्रामदेवताभ्यो नमः।**
११. **ॐ वास्तुदेवताभ्यो नमः ।** १२. **ॐ स्नानदेवताभ्यो नमः।**
१३. **ॐ एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः।** १४. **ॐ नागनागादिभ्यो नमः।**
१५. **ॐ सर्वेभ्यो देवीदेवताभ्यो नमः।** १६. **ॐ सर्वेभ्यो गुरुभ्यो नमः।**

धूपम् आघ्रापयामि । धूप धुपौरोमा राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै तीन पटकसम्म वरिपरि जल घुमाउने अथवा प्रदक्षिणा गर्ने ।

प्रदक्षिणा– यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिण पदे पदे !
नैवेद्यं निवेदयामि !! **शुद्धोदकं जलं समर्पयामि** !!!
(तुलसी पत्रसहितको नैवेद्य अर्पण गर्ने)

आफ्ना कुल पितृको सम्मान गरेपछि हात धोएर देवपूजनको लागि पञ्चाङ्ग स्थान वा देवताहरूको फोटो भएतिर फर्कनु । आफूले पूजा गर्ने भगवान्हरूलाई निम्न मन्त्र पढी आह्वान गर्ने र यथा सामग्री,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मन्त्र र आफ्नो समय परिस्थितिअनुसार आफूले तयार पारेर सोही विधिअनुसार क्रमशः सबै देवताहरूलाई पूजा गरी धूप, दीप, नैवेद्य, आरती अर्पण गरी अन्त्यमा क्षमायाचना गर्नु । सबै देवताहरूको पूजा गर्ने मन्त्र र विधिहरू यसै पुस्तकमा समावेश छन् । पञ्चाङ्ग देवता पूजा गर्नेहरूले तालिकाअनुसार राखी पूजा गर्नु । अथवा अलग अलग देवताको नाम उच्चारण गर्दै सामग्री चढाउँदै मन्त्र, श्लोक, प्रार्थना गर्दा पनि राम्रो हुन्छ जस्तैः

ॐ श्रीभगवते साम्बसदाशिवाय नमः ! ....समर्पयामि ।
(शिव, पार्वती, नन्दी, बाघ, त्रिशूल, तक्षक नाग, तथा सकल शिवपरिवार)

ॐ श्रीलक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः................. समर्पयामि ।
(विष्णु, लक्ष्मी, गरूड्, मयूर, शङ्ख, चक्र शेषनाग तथा सकल विष्णु परिवार)

ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः......................समर्पयामि ।
(पत्नी पिङ्गला, घोडा, पुत्रः शनि, वायु तथा सकल सूर्य परिवार)

ॐ श्रीजगदम्बिकायै दुर्गादेव्यै नमः .... समर्पयामि ।
(नवदुर्गा, भैरव, देवीगण, बाघ, त्रिशुल तथा सकल देवि परिवार)

ॐ श्री ऋद्धिसिद्धिसहिताय श्रीमन्महागणाधिपतये नम !.....समर्पयामि ।
(कुमार, मुसो तथा सकल गणेश परिवार)

विशेष शिव पूजा प्रारम्भ गर्नेः

तिलानी जल हातमा लिएर सङ्कल्प गर्ने :-

ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः अद्य .... (गोत्र) .....(नाम भन्ने **उमामहेश्वरप्रसाद सिद्धिद्वारा सकल-जन्म-जन्मान्तरेषु सञ्चितानां अनेक-महापातकोपातकानां निरसन-पूर्वकम् दीर्घायुरारोग्यैश्वर्यावाप्त्यानन्तरमखण्डित-सौभाग्यपुत्रपौत्रादि-धनधान्यादि-सुख-प्राप्त्यर्थं शिवसायुज्यप्राप्तिकामनया आदौ दीप-कलश-गणेशपूजनपूर्वकं उमामहेश्वरपूजनं अहं करिष्ये ।**
(जल भुइँमा छोड्ने)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

उमामहेश्वरलाई आह्वान गर्ने मन्त्र :

आगच्छन्तौ विश्वनिदानभूतौ, ज्योतिःस्वरुपौ महनीयकीर्ति ।

उमामहेशौ कुरुतां प्रसादं, सम्पूजये सम्मुखतामुपेतम् ।।

आवाहनं समर्पयामि उमामहेश्वराभ्यां नमः ।

(हातको फूल, जल चढाउने)

कुशको तीन टुक्रा शिवलिङ्गमा चढाउँदै

आसनं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !

चल चढाउँदैः **पाद्यं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

अर्घ्य चढाउँदैः **अर्घ्यं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

गङ्गाजल चढाउदैः **आचमनीयं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

पञ्चामृत चढाउँदैः **पञ्चामृतं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

शुद्ध जलद्वारा स्नानः **स्नानं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

वस्त्र वा फूल/पैसाः **वस्त्रं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

यज्ञोपवीत (जनै) चढाउँदै **यज्ञोपवीतं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः!**

चन्दन चढाउँदै : **चन्दनं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

सिन्दुर चढाउँदै : **सिन्दूरं समर्पयामि, माता पार्वती देव्यै नमः !**

अबीर चढाउँदै : **आरक्तकं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

अक्षता चढाउँदै : **अक्षताः समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

तिल, जौ चढाउँदै : **तिलान् यवान् समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

द्रव्य चढाउँदै : **द्रव्यं समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः !**

सौभाग्य, द्रव्य चढाउँदै : **सौभाग्यद्रव्यं समर्पयामि, पार्वत्यै नमः !**

पुष्प (फूल) चढाउँदै : **मन्त्रपुष्पाणि समर्पयामि, उमामहेश्वराभ्यां नमः!**

उमामहेश्वरको शरीरका अङ्गहरू सम्झँदै पाउँबाट शिरसम्म तलको मन्त्र भन्दै पूजा सामग्री (अबिर, चन्दन, फूल, अक्षता, फल, द्रव्य) चढाउँदै जाने :

ॐ विश्वपतये नमः पादौ पूजयामि । (पाउको पूजा गर्ने)

ॐ शम्भवे नमः जानुनी पूजयामि । (दुवै गोलिगाँठाको पूजा गर्ने)

ॐ भूतेशाय नमः ऊरुं पूजयामि । (घुँडाको पूजा गर्ने)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ शङ्कराय नमः जङ्घें पूजयामि । (जाँघको पूजा गर्ने)
ॐ नीललोहिताय नमः कटिं पूजयामि । (कम्मरको पूजा गर्ने)
ॐ उग्राय नमः नाभिं पूजयामि । (नाइटोको पूजा गर्ने)
ॐ कृशानुरेतसे नमः उदरं पूजयामि । (पेटको पूजा गर्ने)
ॐ हराय नमः स्तनौ पूजयामि । (दुवै स्तनको पूजा गर्ने)
ॐ नीलकण्ठाय नमः कण्ठं पूजयामि । (घाँटीको पूजा गर्ने)
ॐ शिवाय नमः मुखं पूजयामि । (मुखको पूजा गर्ने)
ॐ त्रिनेत्राय नमः नेत्रे पूजयामि । (तीन आँखाको पूजा गर्ने)
ॐ रुद्राय नमः कर्णौ पूजयामि । (दुवै कानको पूजा गर्ने)
ॐ ललाटाक्षाय नमः ललाटं पूजयामि । (निधारको पूजा गर्ने)
ॐ शर्वाय नमः शिरः पूजयामि । (शिरको पूजा गर्ने)

धुपबत्ती गर्ने :

धूपं आघ्रापयामि दीपं दर्शयामि ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः!
नैवेद्यं निवेदयामि... ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः !
जलं समर्पयामि... ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः !
फलं समर्पयामि... ॐ उमामहेश्वरयाभ्यां नमः !
ताम्बूलं (पान) पुगीफलं (सुपारी) समर्पयामि...ॐ"
चामरव्यजनं व्यजयामिः, ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः !
आदर्श (ऐना) दर्शयामि, ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः !

प्रदक्षिणा (जल घुमाउने)

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणपदे पदे !

आचमन गरी गायत्री मन्त्र, शिव मन्त्र, र गुरू मन्त्र (दीक्षित भएमा) १ माला (१०८ पटक) वा यथाशक्य जप गर्ने। आफूसँग भएका सबै सामग्री अर्पण गर्ने, पुष्पाञ्जलि गर्ने सम्भव भएमा शिवस्तोत्र पाठ गर्ने।

शिवस्तोत्र पाठ – श्री गणेशाय नमः ।

नागेन्द्रहाराय त्रिलोचनाय भस्माङ्गरागाय महेश्वराय ।
नित्याय शुद्धाय दिगम्बराय तस्मै नकाराय नमः शिवाय ।१।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मन्दाकिनीसलिलचन्दनचर्चिताय नन्दीश्वरप्रमथनाथमहेश्वराय ।
मन्दारपुष्पबहुपुष्पसुपूजिताय तस्मै मकाराय नमः शिवाय ।२।
शिवाय गौरीवदनाब्जभृङ्गसूर्याय दक्षाध्वरनाशकाय ।
श्रीनीलकण्ठाय वृषध्वजाय तस्मै शिकाराय नमः शिवाय ।३।
वशिष्ठकुम्भोद्भवगौतमार्यमुनीन्द्रदेवार्चितशेखराय ।
चन्द्रार्कवैश्वानरलोचनाय तस्मै वकाराय नमः शिवाय ।४।
यक्षस्वरुपाय जटाधराय पिनाकहस्ताय सनातनाय ।
दिव्याय देवाय दिगम्बराय तस्मै यकाराय नमः शिवाय ।५।
पञ्चाक्षरमिदं पुण्यं यः पठेच्छिवसन्निधौ ।
शिवलोकमवाप्नोति शिवेन सह मोदते ।६।

प्रार्थना नमस्कार,

कर्पूरगौरं करुणावतारं संसारसारं भुजगेन्द्रहारम् ।
सदा वसन्तं हृदयारविन्दे भवं भवानीसहितं नमामि ।।
त्वमेव माता च पिता त्वमेव, त्वमेव बन्धुश्च ससखा त्वमेव ।
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव, त्वमेव सर्वं मम देवदेव ।।

क्षमायाचना-

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।
पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वर ।।
मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वर ।
यत्पूजितं महादेव ! परिपूर्णं तदस्तु मे ।।

(दुवै कान छोएर माफ माग्ने) हातमा जल, पैसा, औँठी लगाएको भएमा सोही औँठी (पवित्र) लिई तलको मन्त्र पढ्नेः

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मनो वाऽनुसृतेः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।

मन्त्र पढी जल छोड्ने, हात जोड्ने समाप्त गर्ने ॥

भोलिपल्ट बिहान पूर्णपात्र सिदादान, दक्षिणा गर्ने सम्भव नभएमा कन्या, भान्जाभान्जीलाई टीका, दक्षिणा, प्रसाद खुवाई, आफूले प्रसाद ग्रहण गर्ने। (पूजा सामग्री नदीमा प्रवाह गरिदिने)

(शिवपूजा बिधि पनि हेर्नु र दुवै मिलाएर आफैले पूजाविधि बनाएर गर्दा पनि सरल हुन सक्दछ ।)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

१७. गणेशचतुर्थी (गणेशपूजा)

गणेशचतुर्थीमा भगवान् शिवशङ्कर र माता पार्वतीका प्रिय पुत्रस्वरूप भगवान् गणेशजीको पूजा गरिन्छ । सम्पूर्ण देवकार्य गर्दा देवताहरूमा सर्वप्रथम गणेशको नै पूजा गरिन्छ । मङ्गलबार व्रत गर्नेहरूले गणेश भगवान्को विशेष पूजा गर्दछन् भने गणेश चतुर्थीको दिन महापूजा, व्रत/उपासना हुन्छ । माघ महिना वा मङ्गलचौथीको दिनदेखि गणेशको व्रत लिइन्छ । स्कन्दपुराणअनुसार भगवान् गणेशको जन्म भाद्र शुक्लचतुर्थी तिथिमा भएकोले यस दिन सिद्धिविनायकको पूजा गरी विशेष पर्वस्वरूप धुमधामसँग गणेश जन्मोत्सव मनाउनुपर्दछ। गणेश भगवान्लाई विघ्नबाधा, सङ्कटनाशक, ज्ञानबुद्धि, सीपप्रदायक र कार्यसफलता शीघ्र पूरा गरिदिने दयालु भगवान्का रूपमा चिनिन्छ । भगवान् श्रीकृष्णले पनि यो व्रत गर्नुहुन्थ्यो । श्रीगणेशलाई वर्षभरि अन्य पूजाहरूमा तुलसी मञ्जरी/पत्र चढाइँदैन भने आजको दिनमात्र चढाइन्छ । आजको रातमा देखिने चन्द्रमालाई हेरेमा चोरीको आरोप लाग्छ भन्ने कथा प्रसङ्ग स्कन्दपुराणमा विस्तृत रूपमा छ । ३ र ५ वा ७ वटा पात भएको दूबो र लड्डु, गुड/सख्खर विनाको गणेशपूजा निष्फल हुन्छ । गणेश भगवान्को विशेष पूजामा २१ सुते बत्ती तिलको तेलमा र कम्तीमा २१ वटा दूबो र लडडु चढाउनुपर्दछ । ३ वा ५ पत्रे २१ वटा दूबो चढाउँदा भन्ने मन्त्रः

हरिताः श्वेतवर्णा वा पञ्चत्रिपत्रसंयुताः ।
दूर्वाङ्कुरा मया दत्ता एक-विंशतिसम्मिताः ।। (गणेशपुराण)

(अर्थः पाँच या तीन दल भएका हरियो वा सेतो रङ्का यी दूबोहरू २१ को सङ्ख्यामा म समर्पण गर्दछु ।)

पूजाविधि

विधिपूर्वक प्रातस्नान, जपपछि शुद्ध वस्त्र धारण गरी पूजाकोठा/पूजा स्थानमा जाने । देवता पूजा गर्ने ठाउँको सरसफाइ गरी जल फेर्ने ।

पञ्चपात्र, फूल, फल, नैवेद्य, टीका, चन्दन, अगरबत्ती,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

दीपज्योति तयार गरी राख्ने (मनमनै गायत्री मन्त्र वा मनले चाहेका अन्य मन्त्रहरू मानसिक जप गर्न सकिन्छ)

शुद्धि गर्ने : दायाँ हातमा जल राख्ने दाँया हातले ढाक्ने र तलको मन्त्र पढेर जललाई बायाँ हातले शरीरमा, पूजा आसनमा अभिषेक(छर्कने) गर्ने।

मन्त्र - **ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।**

यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।

टीका लगाउने : बाँया हातमा चन्दन वा भष्म राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै चलाउने र पढ्दै निधारमा लगाई हात धुने। आफ्नो निधार खाली गरेर पूजा कहिल्यै नगर्नु।

मन्त्र - **ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।**

ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीयमामृतात् ।।

सङ्कल्पः (हातमा कुश-तिलानी लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** ...... (आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्न** (आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री) ..... **नामाहं मम कायिकवाचिक मानसिक सांसर्गिक ज्ञाताज्ञात सकलदोषपरिहारार्थ श्रुतिस्मृतिपुराणोक्तफलप्राप्तये श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थ ऋद्धि-सिद्धि सहित श्रीमन्महागणाधिपतीपूजनं करिष्ये ।** (जल छोड्ने।)

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।

आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।

आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने

चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएको कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने।

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।

मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।

कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।

अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।

त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।

सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।

ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः

ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!

(धेरै कलश भएमा कलशअनुसार देवताको नाम लिने)

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)

गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।

उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :

ॐ गणनान्त्वागणपति ꣡ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ꣡ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ꣡ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने) **आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि ।** (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना– **वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !**

निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषुसर्वदा ।।

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,

आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

शङ्खघण्टको पूजा–

ॐ भूर्भुवः स्वः घण्टस्थिताय गरुडाय नमः ॐ शङ्खाय नमः

आफूसँग भएका सबै सामग्रीहरू शंख र घण्टमा अर्पण गर्ने । शङ्खमा (भएमा दायाँ उत्तम) जल, जौ, तिल, कुश, तुलसीपत्र राखेर हातले ढाक्ने र गायत्रीमन्त्र (**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।**) भन्ने, शङ्खको जलद्वारा कुल -

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पितृलाई सम्झेर तर्पण दिने (दायाँहातको बूढी औंलातिरबाट दक्षिण फर्केर)

ॐ पितृभ्यो जलार्पणम् ।३। **ॐ कुलदेवाय जलार्पणम्** ।३।

ॐ इष्टदेवताभ्यो जलार्पणम् ।३। सेता, पहेँला फूल...... अर्पण गर्ने।

ॐ गुरुभ्यो जलार्पणम् (३) (गुरू स्वर्गवास भएको भएमा मात्र)

मङ्गलाचरण–

(अगरबत्ती बालेर फूल, चन्दनसहित हातमा लिई नहल्लाउने र निम्न भगवान्‌हरूका नाम स्मरण गर्ने)

१. **ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः।** २. **ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः।**
३. **ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः।** ४. **ॐ वाणीहिरण्यगर्भाभ्यां नमः।**
५. **ॐ शचीपुरन्दराभ्यां नमः।** ६. **ॐ मातापितृचरणकमलेभ्यो नमः।**
७. **ॐ पितृभ्यो नमः।** ८. **ॐ कुलदेवताभ्यो नमः।**
९. **ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः।** १०. **ॐ ग्रामदेवताभ्यो नमः।**
११. **ॐ वास्तुदेवताभ्यो नमः ।** १२. **ॐ स्नानदेवताभ्यो नमः।**
१३. **ॐ एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः।** १४. **ॐ नागनागादिभ्यो नमः।**
१५. **ॐ सर्वेभ्यो देवीदेवताभ्यो नमः।** १६. **ॐ सर्वेभ्यो गुरुभ्यो नमः।**

धूपम् आघ्रापयामि । धूप धुपौरोमा राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै तीन पटकसम्म वरिपरि जल घुमाउने अथवा प्रदक्षिणा गर्ने।

प्रदक्षिणा– **यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिण पदे पदे !
नैवेद्यं निवेदयामि !! शुद्धोदकं जलं समर्पयामि !!!
(तुलसी पत्रसहितको नैवेद्य अर्पण गर्ने)

पुनः मूल गणेशको आवाहन :

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः ।

प्रार्थना श्लोक :

वक्रतुण्ड महाकाय कोटिसूर्यसमप्रभ ।
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषु सर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः प्रार्थनां समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

आसन चढाउँदा भन्ने श्लोक :

विचित्ररत्नरचितं दिव्यास्तरणसंयुतम् ।
स्वर्ण-सिंहासनं चारु गृह्णष्व सुरपूजित ।।
ॐ पुरुष एवेद ऽ सर्वं यद्भूतं यच्च भाव्यम् ।
उतामृतत्वस्येशानो यदन्नेनातिरोहति ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः आसनं समर्पयामि ।।

जल चढाउँदा भन्ने श्लोक :

ॐ सर्वतीर्थ-समुद्भूतं पाद्यं गन्धादिभिर्युतम् ।
विघ्नराज गृहाणेदं भगवन् भक्तवत्सल ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः जलं समर्पयामि ।।

अर्घ जल चढाउँदा भन्ने श्लोक :

ॐ गणाध्यक्ष नमस्तेऽस्तु गृहाण करुणाकर ।
अर्घ्यं च फलसंयुक्तं गन्धमाल्याक्षतैर्युतम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः अर्घ्यं समर्पयामि ॥

आचमनीय जल चढाउँदा भन्ने श्लोक :

विनायक नमस्तुभ्यं त्रिदशैरभिवन्दित ।
गङ्गोदकेन देवेश कुरुष्वाचमनं प्रभो ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः आचमनीयं जलं समर्पयामि ।

स्नान गर्ने जल चढाउँदा भन्ने श्लोक :

मन्दाकिन्यास्तु यद्वारि सर्वपापहरं शुभम् ।
तदिदं कल्पितं देव स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः स्नानार्थं जलं समर्पयामि ।

पञ्चामृतले स्नान गराउँदा :

पञ्चामृतं मयाऽऽनीतं पयो दधि घृतं मधु ।
शर्करा च समायुक्तं स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः पञ्चामृतं समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

जलले स्नान गराउँदा :

स्नानादिकं विधायाऽपि यतः शुद्धिरवाप्यते ।
स्नानं शुद्धोदकेनाद्य कुरु देव दयानिधे ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः शुद्धोदकं समर्पयामि ।

सुगन्ध-तेलले स्नान गराउँदा :

मन्दाराशोकबकुलमालतीचम्पकादिभिः ।
वासितं स्निग्धता-हेतु तैलं चारु प्रगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः सुगन्धि स्नानं समर्पयामि ।

रातो वस्त्र :

शीतवातोष्ण-सन्त्राणं लज्जाया रक्षणं परम् ।
देहालङ्करणं वस्त्रमतः शान्तिं प्रयच्छ मे ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः वस्त्रं समर्पयामि ।

यज्ञोपवीत :

नवभिस्तन्तुभिर्युक्तं त्रिगुणं देवतामयम् ।
उपवीतं मया दत्तं गृहाण परमेश्वर ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः यज्ञोपवीतं समर्पयामि ।

चन्दन :

श्रीखण्डं चन्दनं दिव्यं गन्धाढ्यं सुमनोहरम् ।
विलेपनं सुरश्रेष्ठ चन्दनं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः चन्दनं समर्पयामि ।

अक्षता :

अक्षताँश्च सुरश्रेष्ठ कुङ्कुमाक्तान् सुशोभितान् ।
मया निवेदितान्भक्त्या गृहाण परमेश्वर ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः अक्षतान् समर्पयामि ।

फूल :

वन्दारुजनमन्दार-मन्दारप्रिय-धीपते
मन्दारजातिपुष्पाणि श्वेतार्कादीन्युपेहि भो ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः पुष्पाणि समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

फूलमाला :

माल्यादीनि सुगन्धीनि मलत्यादीनि प्रभो
मयानीतानि पुष्पाणि गृह्यन्तां पूजनाय भो ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः मालां समर्पयामि ।

दूबो : (यदि केलाएर गनेको २१ वटा भएमा अगाडिको मन्त्र भन्ने)

दूर्वाङ्कुरान् सहरितानमृतान् मङ्गलप्रदान् ।
आनीतांस्तव पूजार्थं गृहाण गणनायक ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः दूर्वाङ्कुरान् समर्पयामि ।

सिन्दूर :

सिन्दूरं शोभनं रक्तं सौभाग्यं सुखवर्धनम् ।
शुभदं कामदं चैव सिन्दूरं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः सिन्दूरं समर्पयामि ।

अबीर :

नानापरिमलैर्द्रव्यैर्निर्मितं चूर्णमुत्तमम् ।
अबीरनामकं चूर्णं गन्धाढ्यं चारु गृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः आरक्तकं समर्पयामि ।

धुप :

वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्ध उत्तमः ।
आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः धूपं आघ्रापयामि ।

दीपदर्शन :

साज्य च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया ।
दीपं गृहाण देवेश त्रैलोक्यतिमिरापहम् ।
भक्त्या दीपं प्रयच्छामि देवाय परमात्मने ।
त्राहि मां निरयाद् घोराद्दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते ।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः दीपं दर्शयामि ।।

नैवेद्य :

नैवेद्यं गृह्यतां देव भक्तिं मे ह्यचलां कुरु ।
ईप्सितं मे वरं देहि परत्र च परां गतिम् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

शर्कराखण्डखाद्यानि दधिक्षीरघृतानि च ।
आहारं भक्ष्यभोज्यं च नैवेद्यं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः
नानाविधानि नैवेद्यानि निवेदयामि ।।

फल नैवेद्य :

यद्दत्तं परया भक्त्या फलमूलादिकं मया ।
तेन मे सफलावाप्तिर्भवेज्जन्मनि जन्मनि ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः फलं नैवेद्यं निवेदयामि ।।

पान-मसला :

ॐ पूगीफलं महद्दिव्यं नागवल्लीदलैर्युतम् ।
एलाचूर्णादिसंयुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः ताम्बूलादिकं निवेदयामि ।।

दक्षिणा

हिरण्यगर्भगर्भस्थं हेम-बीजं विभावसोः ।
अनन्तपुण्यफलदमतः शान्तिं प्रयच्छ मे ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः द्रव्यं समर्पयामि ।।

चमरपङ्खा हम्कँदा भन्ने श्लोक :

शशाङ्ककरसङ्काशं हिमकर्पूरपाण्डुरम् ।
प्रोत्सारयाशु दुरितं चामरामरवल्लभ ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः चामरं समर्पयामि ।।

ऐना देखाउँदा भन्ने श्लोक :

दर्शनेन त्वमादर्श नूनं मङ्गलदायक ।
सर्व-सौभाग्य-सत्कीर्ति-निर्मल-ज्ञानदो भव ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः आदर्शं दर्शयामि ।।

गणेश शक्ति ऋद्धि सिद्धिलक्ष्मीको पूजा गर्ने :

ॐ ह्रीं ऋद्धिलक्ष्म्यै नमः
पाद्यं, अर्घ्यं, आचमनीयं, पुष्पाणि, सौभाग्यं समर्पयामि ।।
ॐ ह्रीं सिद्धिलक्ष्म्यै नमः

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पाद्यं, अर्घ्यं, आचमनीयं, पुष्पाणि, सौभाग्यं समर्पयामि ।।
भनी चढाउने र धुप, दीप, नैवेद्य, जल अर्पण गर्ने । एक मन्त्र बराबर एक मोदक (लड्डु) वा फल, फूल दुवो मन्त्रै पिच्छे (१/१) गरी चढाउने । जस्तै दुबो चढाउँदा -
इदं दूर्वाङ्कुरं समर्पयामि, र लड्डु चढाउँदा **इदं मोदकं समर्पयामि** ... **भन्नु** ।

ॐ गणपतये नमः, ॐ हेरम्बाय नमः
ॐ धरणीधराय नमः, ॐ महागणपतये नमः
ॐ बुद्धिप्रियाय नमः, ॐ क्षिप्रप्रसादनाय नमः
ॐ अमोघसिद्धये नमः, ॐ अमृतमन्त्राय नमः
ॐ चिन्तामणये नमः, ॐ निधये नमः
ॐ सुमङ्गलाय नमः, ॐ बीजाय नमः
ॐ आशापूरकाय नमः, ॐ वरदाय नमः
ॐ कलाय नमः, ॐ काश्यपाय नमः
ॐ नन्दनाय नमः, ॐ वाचासिद्धाय नमः
ॐ ढौण्डये नमः, ॐ विनायकाय नमः ।।

प्रदक्षिणा गर्ने मन्त्र :

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि वै ।
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणां पदे पदे ।।

श्रीसङ्कष्टनाशकगणेशस्तोत्रम् (हातमा फुल अक्षता लिई प्रार्थना गर्ने)

प्रणम्य शिरसा देवं गौरीपुत्रं विनायकम् ।
भक्तावासं स्मरेन्नित्यमायुकामार्थसिद्धये ।।१।।
प्रथमं वक्रतुण्डं च एकदन्तं द्वितीयकम् ।
तृतीयं कृष्णपिङ्गाक्षं गजवक्त्रं चतुर्थकम् ।।२।।
लम्बोदरं पञ्चमञ्च षष्ठं विकटमेव च ।
सप्तमं विघ्नराजेन्द्र धूमवर्णं तथाष्टमम् ।।३।।
नवमं भालचन्द्रं च दशमं तु विनायकम् ।
एकादशं गणपतिं द्वादशं तु गजाननम् ।।४।।
द्वादशैतानि नामानि त्रिसन्ध्यं यः पठेन्नरः ।
न च विघ्नभयं तस्य सर्वसिद्धिकरं परम् ।।५।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

विद्यार्थी लभते विद्यां धनार्थी लभते धनम् ।
पुत्रार्थी लभते पुत्रान् मोक्षार्थी लभते गतिम् ।।६।।
जपेद् गणपतिस्तोत्रं षड्भिर्मासैः फलं लभेत् ।
संवत्सरेण सिद्धिं च लभते नात्र संशयः ।।७।।
अष्टभ्यो ब्राह्मणेभ्यश्च लिखित्वा यः समर्पयेत् ।
तस्य विद्या भवेत् सर्वा गणेशस्य प्रसादतः ।।८।।
श्रीनारदपुराणे सङ्कष्टनाशनं नाम गणेशस्तोत्रं सम्पूर्णम् ।।

गणेशपञ्चरत्नम्

मुदा करात्तमोदकं सदा विमुक्तिसाधकम्
कलाधरावतंसकं विलासिलोकरञ्जकम् ।
अनायकैकनायकं विनाशितेभदैत्यकम्
नताशुभाशुनाशकं नमामि तं विनायकम् ।। १ ।।
नतेतरातिभीकरं नवोदितार्कभास्वरम्,
नमत्सुरारिनिर्जरं नताधिकापदुद्धरम् ।
सुरेश्वरं निधीश्वरं गजेश्वरं गणेश्वरम्,
महेश्वरं तमाश्रये परात्परं निरन्तरम् ।।२ ।।
समस्तलोकशङ्करं निरस्तदैत्यकुञ्जरम्,
दरेतरोदरं वरं वरेभवन्त्रमक्षरम् ।
कृपाकरं क्षमाकरं मुदाकरं यशस्करम्,
ममस्करं नमस्कृतां नमस्करोमि भास्वरम् ।। ३।।
अकिञ्चनार्तिमार्जनं चिरन्तनोक्तिभाजनम्,
पुरारिपूर्वनन्दनं सुरारिगर्वचर्वणम् ।
प्रपञ्चनाशभीषणं धनञ्जयादिभूषणम्,
कपोलदानवारणं भजे पुराणवारणम् ।। ४ ।।
नितान्तकान्ददन्तकान्तिमन्तकान्तकात्मज-
मचिन्त्यरुपमन्तहीनमन्तरायकृन्तनम् ।
हृदन्तरे निरन्तरं वसन्तमेव योगिनाम्,
तमेकदन्तमेव तं विचिन्तयामि सन्ततम् ।।५।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

महागणेशपञ्चरत्नमादरेण योऽन्वहम्,
प्रगायति प्रभातके हृदि स्मरन् गणेश्वरम् ।
अरोगतामदोषतां सुसाहितीं सुपुत्रताम्,
समाहितायुरष्टभूतिमभ्युपैति सोऽचिरात् ।।६ ।।
श्रीमच्छङ्कराचार्यकृतं गणेशपञ्चरत्नस्तोत्रं सम्पूर्णम् ।।
मन्त्रजप- ॐ गं गणपतये नमः ।

मन्त्रसमर्पण : (हातमा फल लिएर मन्त्र भनी अर्पण गर्ने)

गुह्यातिगुह्यगोप्त्री त्वं गृहाणाऽस्मत्कृतो जपः।
सिद्धिर्भवतु मे देव त्वत्प्रसादात् सुरेश्वर ।

पुष्पाञ्जलि : (हातमा फूल लिई नमस्कार)

रक्ष रक्ष गणाध्यक्ष रक्ष त्रैलोक्यरक्षक ।
भक्तानामभयं कर्ता त्राता भव भवार्णवात् ।।
वरदस्त्वं वरं देहि वाञ्छितं वाञ्छितार्थद ।
अनेन सफलार्घ्येण फलदोऽस्तु सदा मम ।।

औँलामा लगाएको कुशको औँठी (पवित्र) तिलानी जल र पैसासँग हातमा लिदा भन्ने श्लोक :

कायेन वाचा मनोसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मना वाऽनुसृतः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।

मन्त्र पढी जल औठी र पैसा छोड्ने ।

क्षमायाचना गर्दा भन्ने श्लोक :

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।
पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वर !
मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वर ।
यत्पूजितं मया देव परिपूर्ण तदस्तु मे !

गणेशको पुनः प्रार्थना गर्ने (हातमा फूल)

वक्रतुण्ड महाकाय कोटिसूर्यसमप्रभ ।
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषुसर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
प्रार्थनांपुष्पं समर्पयामि । ढोग नमस्कार गरि समापन गर्ने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

१८. पितृपक्ष

भाद्र शुक्लपक्षको पूर्णिमादेखि आश्विन कृष्णपक्षको औँसीको दिनसम्मलाई पितृपक्ष अथवा सोह्रश्राद्ध भनिन्छ। व्यक्तिको देहत्याग वा मृत्यु भएको दिनमा गरिने श्राद्धलाई एकोदिष्ट भनिन्छ। यसरी मानिसले आफ्ना पितृहरूको नाममा मरण तिथिअनुसार श्राद्ध गर्नुपर्दछ। पद्मपुराणकाअनुसार सूर्यनारायण कन्याराशिमा भएको बेला जुन गृहस्थीले श्राद्ध गर्दैन, त्यसबाट पितृ रूष्ट हुन्छन्। फलस्वरूप धन, सुख-शान्ति र पुत्रादिबाट जीवनमा तड्पिरहनुपर्दछ। देवकार्य गर्नुभन्दा पितृकार्य गर्नु निकै कठिन हुन्छ। देवताहरूलाई मनले सम्झेर जे सामग्री छ सोही अर्पण गर्दा पनि हुन्छ तर कुल पितृहरूको लागि निकै होसियारी पूर्वक शुद्धता (चोखनिष्ठा) हुनुपर्दछ। मांस मदिरा खाँदा प्रयोग गरिएका कपडाहरू लगाएर सोही भाँडामा पकाएको पिण्डबाट र यस्तै खाने कुरा खाएका ब्राह्मण वचनबाट पितृहरू रूष्ट हुन्छन्। ब्राह्मण वचन पनि उत्तिकै शुद्ध हुनु आवश्यक छ।

ब्राह्मण वा पण्डितको उपस्थितिविना यो तर्पणकार्य वा श्राद्ध गर्न सम्भव हुँदैन। तर्पण कार्य गर्नुभन्दा अगाडि ध्यान दिनुपर्ने मुख्य कुराहरू जान्नु पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ। तर्पण गर्ने दिनभन्दा एक दिन अगाडि बिहान नै विधिपूर्वक केश (कपाल) पुरूषले मात्र मुण्डन गरी शुद्ध खाना एक छाक मात्र खानुपर्दछ। हुन त सोह्र दिन नै शुद्ध खाना खाई बस्नुपर्दछ, नसकेमा पनि आफूले श्राद्ध गर्ने दिन/तिथि नआउन्जेल सधैँ शुद्ध खानु अनिवार्य छ। माछा-मासु, प्याज, लसुन, चिचिण्डो, कोदो, मसुरो, भाण्टा, मूला, गोलभेँडा, भटमास आदि यो समयका अशुद्ध खानामा पर्दछन्। यी दुई दिन ब्रह्मचर्य (श्रीमान्-श्रीमती अलग अलग स्थानमा सुत्ने) नियम पालना गर्नु अनिवार्य हुन्छ। विधिपूर्वक स्नान सकेपछि पुरूषले यज्ञोपवीत (जनै) फेर्नुपर्दछ। यदि विविध कारणले आफ्नो तिथिमा श्राद्ध तर्पण गर्न सम्भव नभएमा औँसीको दिनमा गर्नुपर्दछ र कुनै दिन पनि सम्भव नहुने भएमा वा आफ्ना दाजुभाइले घरमा गर्ने भएमा अथवा आफू टाढा रहेमा पनि पितृहरूको नाममा यथाशक्य कार्य गर्नुपर्दछ। यसै पुस्तकको मातृऔँसी, पितृऔँसी र पितृकार्य शीर्षक हेर्नुहोला।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

१९. विश्वकर्मा–पूजा

आश्विन महिना कृष्णपक्ष सङ्क्रान्ति तिथिमा पर्ने यो पर्व विश्वकर्मा बाबाको पूजा गरी मनाइन्छ । श्रीलक्ष्मी र सरस्वतीद्वारा पनि पूजिएका निकै तेजस्वी भगवान् विश्वकर्मा विष्णु भगवान्कै रूप हुनुहुन्छ । संसारमा सृष्टि चलाउनका लागि विष्णु भगवान्ले पाँच मुख, दस हात र लामो सेतो दाह्री धारण गरी विश्वकर्माको रूप लिनुभएको हो । यस तथ्यको प्रसङ्ग वेदसँग जोडिएको छ । शिल्पविद्याको मूलस्रोत अथर्ववेदअनुसार नै कालिगढहरूले अनेक वस्तुको उत्पादन गर्न सफल भएका हुन् । फलस्वरूप आज इन्जिनियर, वैज्ञानिक भएका छन् । त्यसैले आजको दिन सबैले आ-आफ्ना हतियार, औजार, साधनहरू वर्षभरि प्रभावकारी रूपबाट प्रयोग भएकोमा धन्यवाद र आगामी दिनमा अझ प्रभावकारी रूपबाट प्रयोग गर्न सकूँ भन्ने मनोकामनासहित विभिन्न किसिमबाट कल-कारखाना, सवारी साधन, विमान, विद्युतीय उपकरणहरू समेत पूजा गर्नुपर्दछ । विश्वकर्मा भगवान्को विधिपूर्वक पूजा त के सच्चा आत्माबाट स्मरण मात्र गर्दा पनि निकै खुसी भई उत्पादनमा, सामानको प्रयोगमा बाधा अड्चन वा कुनै पनि दुर्घटना नभई धनधान्य तथा ऐश्वर्यपूर्ण हुन्छ । श्रीविष्णुकै रूप भएकोले विष्णुपूजा विधिअनुसार पूजा गर्नुपर्दछ । छोटकरीमा यसरी पनि गर्न सकिन्छ ।

पूजा सामग्री : जौ, तिल, कुश, दूध, दही, मह, घ्यू, चिनी, वस्त्र, जनै, चन्दन, सुगन्धित तेल (अत्तर), फूल, माला, धुप, बत्ती, नैवेद्य, फल, कपुर, पान मसला, दक्षिणा, तामाको अष्टदल थाली, विश्वकर्माको सुनको प्रतिमा .... आदि ।

- जप, स्नान, ध्यान, शुद्ध वस्त्र, नित्यपूजा गरी चन्दन धारण गर्ने ।
- तामाको भाँडामा जौ तिल कुश राखी कर्मपात्र बनाउने ।
- कर्मपात्रलाई चन्दन, अक्षता फूलले पूजा गरी कुशका टुक्रा, सिक्का राख्ने ।

शुद्धि गर्ने : बायाँ हातमा जल राख्ने दायाँ हातले ढाक्ने र तलको मन्त्र पढेर जललाई दायाँ हातले शरीरमा, पूजा आसनमा अभिषेक (छर्कने) गर्ने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मन्त्र - **ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।**
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।

टीका लगाउने : बायाँ हातमा चन्दन वा भष्म राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै चलाउने र पढ्दै निधारमा लगाई हात धुने । आफ्नो निधार खाली गरेर पूजा कहिल्यै नगर्नु ।

मन्त्र - **ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।**
ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीयमामृतात् ।।

संकल्पः (हातमा कुश-तिलानी लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** ...... (आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्न** (आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री)..... **नामाहं मम कायिक-वाचिक-मानसिक- सांसर्गिक-ज्ञाताज्ञात - सकलदोषपरिहारार्थ श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त - फलप्राप्तये श्रीपरमेश्वर प्रीत्यर्थ विश्वकर्मा पूजनं करिष्ये ।** (जल छोड्ने ।)

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने :)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।
आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने
चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएको कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने ।

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।
ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः
ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(धेरै कलश भएमा कलशअनुसार देवताको नाम लिने)

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)

गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।
उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :

ॐ गणनान्त्वागणपति ꣳ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ꣳ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ꣳ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने) **आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि ।** (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना– वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषु सर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

शङ्खघण्टको पूजा–

ॐ भूर्भुवः स्वः घण्टस्थिताय गरुडाय नमः ॐ शङ्खाय नमः

आफूसँग भएका सबै सामग्रीहरू शंख र घण्टमा अर्पण गर्ने । शङ्खमा (भएमा दायाँ उत्तम) जल, जौ, तिल, कुश, तुलसीपत्र राखेर हातले ढाक्ने र गायत्रीमन्त्र (**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।**) भन्ने, शङ्खको जलद्वारा कुल - पितृलाई सम्झेर तर्पण दिने (दायाँहातको बूढी औँलातिरबाट दक्षिण फर्केर)

ॐ पितृभ्यो जलार्पणम् ।३। ॐ कुलदेवाय जलार्पणम् ।३।
ॐ इष्टदेवताभ्यो जलार्पणम् ।३। सेता, पहेँला फूल..... अर्पण गर्ने ।
ॐ गुरुभ्यो जलार्पणम् (३) (गुरू स्वर्गवास भएको भएमा मात्र)

मङ्गलाचरण–

(अगरबत्ती बालेर फूल, चन्दनसहित हातमा लिई नहल्लाउने र निम्न भगवान्हरूका नाम स्मरण गर्ने)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

१. **ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः।** २. **ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः।**
३. **ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः।** ४. **ॐ वाणीहिरण्यगर्भाभ्यां नमः।**
५. **ॐ शचीपुरन्दराभ्यां नमः।** ६. **ॐ मातापितृचरणकमलेभ्यो नमः।**
७. **ॐ पितृभ्यो नमः।** ८. **ॐ कुलदेवताभ्यो नमः।**
९. **ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः।** १०. **ॐ ग्रामदेवताभ्यो नमः।**
११. **ॐ वास्तुदेवताभ्यो नमः ।** १२. **ॐ स्नानदेवताभ्यो नमः।**
१३. **ॐ एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः।** १४. **ॐ नागनागादिभ्यो नमः।**
१५. **ॐ सर्वेभ्यो देवीदेवताभ्यो नमः।** १६. **ॐ सर्वेभ्यो गुरुभ्यो नमः।**

धूपम् आघ्रापयामि । धूप धुपौरोमा राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै तीन पटकसम्म वरिपरि जल घुमाउने अथवा प्रदक्षिणा गर्ने ।

प्रदक्षिणा- **यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिण पदे पदे !
नैवेद्यं निवेदयामि !! शुद्धोदकं जलं समर्पयामि !!!
(तुलसी पत्रसहितको नैवेद्य अर्पण गर्ने)

पाठ- चार पङ्क्ति गीता (पुस्तक हेरेर क्रमश) र चर्तुश्लोकी भागवत दैनिक पाठ गर्ने र पुनः जल चढाउने । यदि आफूले गुरूदीक्षा लिएर गुरू मानेको भएमा गुरूको विधिअनुसार गुरूपूजा गर्ने ।

चर्तुःश्लोकी भागवत यस प्रकार छ :

अहमेवासमेवाग्रे नान्यद्यत्सदसत्परम् ।
पश्चादहं यदेतच्च योऽवशिष्येत सोऽस्म्यहम् ।।
ऋतेऽर्थं यत् प्रतीयेत न प्रतीयेत चात्मनि ।
तद्विद्यादात्मनो मायां यथाऽऽभासो यथा तमः ।।
यथा महान्ति भूतानि भूतेषूच्चावचेष्वनु ।
प्रविष्टान्यप्रविष्टानि मयि ते न च तेष्वहम् ।।
एतावदेव जिज्ञास्यं तत्त्वजिज्ञासुनाऽऽत्मनः ।
अन्वयव्यतिरेकाभ्यां यत् स्यात् सर्वत्र सर्वदा ।।

-श्रीमदभागवत द्वितीय स्कन्द ९:३२,३३,३४,३५

आफ्ना कुल पितृको सम्मान गरेपछि हात धोएर विश्वकर्मा देवताको फोटो भएतिर फर्कनु ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

वरुण देवता पूजा :

तामाको अष्टदल लेखिएको थालीको बीचमा विश्वकर्माको सुनको प्रतिमा राखी पूर्वतिरबाट ॐ कारलाई सम्झँदै सबै सामग्रीले पूजा गर्ने। **"भो वरुण इह आगच्छ इह तिष्ठ यावत् पूजां करोमि तावत्त्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव"** मन्त्र उच्चारण गरी हातजोडी आवाहन गर्ने र क्रमैसँग पूजा गर्दै जाने।

कुश वा फूल चढाउने- **आसनं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
जल चढाउने- **पाद्यं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
अर्घ जल चढाउने- **अर्घ्यं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
कपूर जल चढाउने- **आचमनीयं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
पञ्चामृत चढाउने- **पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
शुद्ध जल चढाउने- **शुद्धोदन स्नानं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
वस्त्र चढाउने- **वस्त्रं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
जनै चढाउने- **यज्ञोपवीतं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
चन्दन चढाउने- **चन्दनं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
सिन्दुर चढाउने- **सिन्दूरं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
अबीर चढाउने- **अबीरचूर्णं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
अक्षता चढाउने- **अक्षतान् समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
जौ, तिल चढाउने- **यवान् तिलान् समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
फूल चढाउने- **पुष्पाणी समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
ऐना काईयो चढाउने- **अलंकरणं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**

- श्रीस्वरूप लक्ष्मीको आवाहन गर्दा मन्त्र भन्ने :

महालक्ष्मी समागच्छ पद्मनाभ-पदादिह ।
सर्वोपचारपूजेयं त्वदर्थ देवि सम्भूता ।।

कुश वा फूल चढाउने- **आसनं समर्पयामि ॐ वरुणाय नमः ।**
जल चढाउने- **पाद्यं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**
अर्घ जल चढाउने- **अर्घ्यं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**
कपूर जल चढाउने- **आचमनीयं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**
पञ्चामृत चढाउने- **पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

शुद्ध जल चढाउने- **शुद्धोदकं स्नानं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

वस्त्र चढाउने- **वस्त्रं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

जनै चढाउने- **यज्ञोपवीतं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

चन्दन चढाउने- **चन्दनं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

सिन्दुर चढाउने- **सिन्दूरं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

अबीर चढाउने- **अबीरचूर्णं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

अक्षता चढाउने- **अक्षताः समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

जौ, तिल चढाउने- **यवान् तिलान् समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

फूल चढाउने- **पुष्पाणि समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

ऐना काईयो चढाउने- **अलङ्करणं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।**

महालक्ष्मीको प्रार्थना गर्ने :

नमस्तेऽतु महामाये श्रीपीठे सुरपूजिते ।
शङ्खचक्रगदाहस्ते महालक्ष्मि नमोऽस्तुते ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः, प्रार्थनां समर्पयामि ।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः, ध्यानं समर्पयामि ।

- ब्रह्मा, विष्णु, रूद्र, नवग्रह, नवनाग गण, दशदिक्पाल, शङ्खघण्टा आदिलाई सम्झी सोही थालीमा यथासामग्रीले पूजा गर्ने ।
- थालीको बीचमा राखिएका विश्वकर्मा भगवान्लाई ध्यान आवाहन गर्ने ।

गणिगुणावतं हयाबिधजाधरं, मृगजभूषणैश्वर्यभूषितम् ।
मणिगणोज्ज्वलं पूजितच्छविं, विमलभाससमावाहयाम्यहम् ।।
ॐ विश्वकर्मणे नमः आवाहनं गन्धं पुष्पं अक्षतान् समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः रत्नरचितासनार्थ कुशासनं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः अर्घ्यं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः आचमनं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः पञ्चामृत-स्नानं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः वस्त्रं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः यज्ञोपवीतं समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ विश्वकर्मणे नमः अलङ्कारं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः सुगन्धितैलं/द्रव्यं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः पुष्पं, पुष्पमाल्यादीनि समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः धूपं आघ्रापयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः दीपं दर्शयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः नैवेद्यं निवेदयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः शुद्धोदकं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः ऋतुफलं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः ताम्बुलं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः दक्षिणाद्रव्यं समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः प्रदक्षिणां समर्पयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः नीराजनदीपं दर्शयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः

पुष्पाञ्जलि अर्पण गर्ने- मनोकामनासँगै प्रार्थना गर्ने ।

धुप : वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्ध उत्तमः ।
आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ॥
ॐ विश्वकर्मणे नमः, धूपं आघ्रापयामि ॥

दीपदर्शन : साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया ।
दीपम् गृहाण देवेश त्रैलोक्यतिमिरापहम् ।
भक्त्या दीपं प्रयच्छामि देवाय परमात्मने ।
त्राहि माम निरयाद् घोराद्दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः दीपं दर्शयामि ॥

नैवेद्य : नैवेद्यं गृह्यतां देव भक्तिं मे ह्यचलां कुरु ।
ईप्सितं मे वरं देहि परत्र च परां गतिम् ॥
शर्कराखण्डखाद्यानि दधिक्षीरघृतानि च ।
आहारं भक्ष्यभोज्यं च नैवैद्यं प्रतिगृह्यताम् ॥
ॐ विश्वकर्मणे नमः, नानाविधानि नैवेद्यानि निवेदयामि ।
ॐ विश्वकर्मणे नमः शुद्धोजलं समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

त्वमेव माता च पिता त्वमेव, त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव ।
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव, त्वमेव सर्वं मम देवदेव ।।

पुनः हातमा जल र कुश औठी र पैसा लिने (जल अर्पण गर्ने)

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मना वाऽनुसृतेः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।

(जल भुइँमा छोड्ने)

क्षमायाचना गर्दा भन्ने श्लोक :

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।
पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वर !
मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वर
यत्पूजितं मयादेव परिपूर्णं तदस्तु मे !

वैदिक मन्त्र :

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ।।
ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ।

पूजा समापन गरिसकेपछि पूजा सामग्री कुनै नदीमा बगाईदिनु। चामल, फल, द्रव्य, वस्त्र कुनै मन्दिरमा पूजारी वा ब्राह्मणलाई गौदान (दुनामा कम्तिमा १७ ... रूपैयाँ) सहित टीका- दक्षिणा गरेर दिनुपर्दछ। हुन त प्रस्तुत गरिएको पूजाविधि पनि विशेष होइन, संस्कृत श्लोकहरू पूर्ण रूपमा उल्लेख गरिएका छैनन् । आफ्नो शक्ति (समय, विद्या, धन, इच्छा र तत्परता) र भक्तिअनुसार माथि प्रस्तुत विधिको आधारमा नगर्नु भन्दा अझ सामान्य पूजा गर्न पनि सकिन्छ ।

२०. नवरात्र र विजयादशमी

आश्विन शुक्लप्रतिपदाको दिनदेखि नवमीसम्मलाई नवरात्र भनिन्छ भने दसौं दिन विजयादशमीको नामले प्रसिद्ध छ । सम्पूर्ण चाडहरूमध्ये सबैभन्दा ठूलो चाड मानिएकोले नवरात्र महान् चाडको रूपमा चिनिन्छ ।

देवीभागवत्अनुसार त्रेतायुगमा राक्षस रावणको अत्यधिक ज्यादति भएकोले भगवान् विष्णुले आठारौं अवतारस्वरूप मनुष्यावतार

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

लिई रामचन्द्रको रूपमा आउनुभयो । यही शुक्लप्रतिपदाको दिनदेखि नवरात्रि वा नवरात्रमा शक्तिमाता देवीको विधिपूर्वक उपासना, पूजा अर्चना गरी दशमीको दिन रावणसँग युद्ध गर्नुभएको थियो र सोही युद्धमा विजय हासिल भएकाले दसौँ दिनलाई विजयादशमी भनेर मनाउन थालिएको हो । राम-रावण युद्धलाई भूत, भविष्य र वर्तमानमा कहिल्यै नभएको र नहुने भनी 'त्रिकालयुद्ध'को उपमा दिइएको छ । त्यसैले संसारभरका हिन्दुहरूले यस एकमात्र महान् चाडलाई विशेष रूपले मनाउँदछन् । सप्तशती दुर्गा/चण्डी पाठ गरी नौ दिनसम्म अलग अलग देवीको नामबाट पूजा पाठ आरती गरिन्छ । नवरात्रमा पूजा गर्ने विधिहरूमध्ये सरल पूजाविधि यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ । यसैका आधारमा अझ सरल रूपबाट पूजा, उपासना मात्र पनि गर्न सकिन्छ ।

अष्टाध्यायी (भाषाशास्त्रीय संस्कृत ग्रन्थ)मा भवानी, शर्वाणी, रूद्राणी, मृणानी र गुह्यसूत्रहरूमा दुर्गा, भवानी, भद्रकाली, त्यस्तै महिषासुरमर्दिनी, नारायणी, गौरी, माया, महामाया, मूल प्रकृति, अविद्या, विद्या, व्यक्त, नवदुर्गा, अष्टलक्ष्मी, नवशक्ति, अर्पणा, नग्नशवरी, वर्णशवरी, रक्तदन्तिका, शताक्षी, शाकम्भरी, भीमादेवी, भ्रामरी आदि अनेकौं दुर्गामाताका नाम छन् ।

श्रीदुर्गा भगवती प्रकृति आदि शक्ति हुन् । उनीद्वारा नै चराचर जगत्, सृष्टि भइरहेको छ । शिवकी पार्वती शक्ति, विष्णुकी वैष्णवी शक्ति, ब्रह्माको सावित्री शक्ति, इन्द्रकी इन्द्राणी शक्ती, कुमारकी कौमारी शक्ति, विनायकको वैनायकी शक्ति, कृष्णकी राधा शक्ति आदिद्वारा जगत् ढाकेको छ । शक्तिविना कसैले पनि कुनै काम गर्न सम्भव छैन ।

यस चाडलाई मातृशक्तिको पूजा गर्ने चाडको रूपमा लिइन्छ । आदिशक्ति जगन्माता विजयालाई श्री महाकाली - महालक्ष्मी - महासरस्वतीको नामबाट पूजा, अर्चना र उपासना गरिन्छ । मातृशक्तिको प्रथम रूप दुर्गा हो । दुर्गा विश्वकी सिर्जनात्मक मातृशक्ति मात्र होइनन् रक्षादेवी पनि हुन् । यिनको पूजा-उपासनाबाट अन्याय, अत्याचार गर्ने शत्रुबाट मुक्ति मिल्दछ । दुर्गा सप्तशतीमा भनिएको छ :

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

"इत्थं यदा यदा बाधा दानवोत्था भविष्यति ।
तदा तदावतीर्याहं करिष्याम्यरिसंक्षयम् ।।"

अर्थात् जुन बेला अन्यायी/अत्याचारी शक्ति बढेर बाधा-अड्चन पुर्‍याउँछन् त्यस बेला म शक्तिको रूपमा आई दुष्टहरूलाई नाश गरी सज्जनहरूलाई रक्षा गर्नेछु । त्यस्तै स्कन्दपुराणमा शिवलाई शक्तिविना शव मानिएको छ । श्री महाकाली, महालक्ष्मी, महासरस्वतीदेवीका व्यक्त शक्तिस्वरूपबाट शक्ति पाएर मात्र शिवशक्ति भएको कुरा पुराणहरूमा पाइन्छ । यसरी शक्तिविना देवाधिदेव शिवसमेत निष्क्रिय हुने र निश्चेष्ट हुन्छन् भने मनुष्यले जीवन्तताको सार्थक कल्पना गर्नु निरर्थक हुन्छ ।

वेद, पुराण तथा अन्य धार्मिक ग्रन्थहरू अध्ययन गर्‍यो भने प्राचीन जङ्गली जाति वा अनादिकालबाट कुनै न कुनै नामबाट स्थान र समयअनुसार फरक फरक किसिमले विश्वभर नै शक्तिको पूजा प्रार्थना, उपासना जसरी भएपनि गरेको पाइन्छ । विभिन्न समयमा लेखिएका पुस्तकहरूअनुसार मातृशक्तिका अनेकौँ नामहरू छन् । जस्तैः ऋग्वेदमा अदिति, अथर्ववेदमा पृथ्वी, उत्तर वैदिककालीन ग्रन्थहरूमा अम्बिका, उमा, काली, दुर्गा.............. आदि ।

दुर्गापूजा

पूजा सामग्री (दस दिनसम्मका लागि) माटोको घडा, बालुवा/माटो, उम्रने खालको जौ, तिल, गाईको गोबर, जमरा खाद्यान्न (जौ, मकै, गहुँ, धान, सानो केराउ......आदि ।) रेखी (चामल, गहुँको पिठो) कर्मपात्र, अर्घ्य, त्रिकुटी, डमरू, फूल, दूवो, माला, बेलपत्र, सरसिउँ, जनै, सुपारी, तिलको तेल, नौसुते बत्ती, कपुर, गोकुल धुप, अबीर, रक्तचन्दन, रक्तचन्दनको माला, पक्वान्न प्रसाद (मालपूवा, हलुवा, खीर, रोटी...), जटावाल नरिबल, वस्त्र (रातो सेतो, दीप, कलश, गणेश र धजाको लागि), पान, मसला, कुभिण्डो, वेल, पञ्चपल्लव, अष्टदल थाली, खड्ग, चमर, शृङ्गार सामग्री (देवी र नौकन्याको लागि)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

आभूषण र वस्त्र समेत, घ्यू, चिनी, मह, सख्खर, कुश, दुर्गाशप्तशती पुस्तक, नौवटै दुर्गाअङ्कित देवी फोटो, देवीमूर्ति, चामल, अगरबत्ती, आरती बत्ती, केरा, ... आदि ।

पञ्चपात्र, फूल, फल, नैवेद्य, टीका, चन्दन, अगरबत्ती, दीपज्योति तयार गरी राख्ने (मनमनै गायत्री मन्त्र वा मनले चाहेका अन्य मन्त्रहरू मानसिक जप गर्न सकिन्छ)

शुद्धि गर्ने : बायाँ हातमा जल राख्ने दाँया हातले ढाक्ने र तलको मन्त्र पढेर जललाई दायाँ हातले शरीरमा, पूजा आसनमा अभिषेक(छर्कने) गर्ने ।

मन्त्र - **ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।**
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।

टीका लगाउने : बाँया हातमा चन्दन वा भष्म राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै चलाउने र पढ्दै निधारमा लगाई हात धुने । आफ्नो निधार खाली गरेर पूजा कहिल्यै नगर्नु ।

मन्त्र - **ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।**
ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीयमामृतात् ।।

सङ्कल्पः (हातमा कुश-तिलानी लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** ...... (आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्न** आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री)..... **नामाहं मम कायिक वाचिक मानसिक सांसर्गिक ज्ञाताज्ञात सकलदोषपरिहारार्थ श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त फलप्राप्तये श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थ दीप कलश गणेश सहित शिवपञ्चाङ्ग देवता पूजनपूर्वक श्री महाकाली महालक्ष्मी महासरस्वती देवीभ्यो पूजनं करिष्ये ।** (जल छोड्ने)

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने :)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।
आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने
चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएको कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।
ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः
ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!
(धेरै कलश भएमा कलशअनुसार देवताको नाम लिने)

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)

गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।
उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :

ॐ गणनान्त्वागणपति ᳫ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ᳫ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ᳫ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने) **आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि ।** (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना– **वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !**
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषु सर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

शङ्खघण्टको पूजा–

ॐ भूर्भुवः स्वः घण्टस्थिताय गरुडाय नमः ॐ शङ्खाय नमः
आफूसँग भएका सबै सामग्रीहरू शंख र घण्टमा अर्पण गर्ने । शङ्खमा (भएमा दायाँ उत्तम) जल, जौ, तिल, कुश, तुलसीपत्र राखेर

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

हातले ढाक्ने र गायत्रीमन्त्र (**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।**) भन्ने, शङ्खको जलद्वारा कुल - पितृलाई सम्झेर तर्पण दिने (दायाँहातको बूढी औंलातिरबाट दक्षिण फर्केर)

ॐ पितृभ्यो जलार्पणम् ।३। **ॐ कुलदेवाय जलार्पणम् ।३।**

ॐ इष्टदेवताभ्यो जलार्पणम् ।३। सेता, पहेँला फूल...... अर्पण गर्ने ।

ॐ गुरुभ्यो जलार्पणम् (३) (गुरू स्वर्गवास भएको भएमा मात्र)

मङ्गलाचरण–

(अगरबत्ती बालेर फूल, चन्दनसहित हातमा लिई नहल्लाउने र निम्न भगवान्हरूका नाम स्मरण गर्ने)

१. **ॐ श्रीमन्महागणधिपतये नमः।** २. **ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः।**
३. **ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः।** ४. **ॐ वाणीहिरण्यगर्भाभ्यां नमः।**
५. **ॐ शचीपुरन्दराभ्यां नमः।** ६. **ॐ मातापितृचरणकमलेभ्यो नमः।**
७. **ॐ पितृभ्यो नमः।** ८. **ॐ कुलदेवताभ्यो नमः।**
९. **ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः।** १०. **ॐ ग्रामदेवताभ्यो नमः।**
११. **ॐ वास्तुदेवताभ्यो नमः ।** १२. **ॐ स्नानदेवताभ्यो नमः।**
१३. **ॐ एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः।** १४. **ॐ नागनागादिभ्यो नमः।**
१५. **ॐ सर्वेभ्यो देवीदेवताभ्यो नमः।** १६. **ॐ सर्वेभ्यो गुरुभ्यो नमः।**

धूपम् आघ्रापयामि । धूप धुपौरोमा राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै तीन पटकसम्म वरिपरि जल घुमाउने अथवा प्रदक्षिणा गर्ने ।

प्रदक्षिणा– **यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिण पदे पदे !
नैवेद्यं निवेदयामि !! शुद्धोदकं जलं समर्पयामि !!!
(तुलसी पत्रसहितको नैवेद्य अर्पण गर्ने)

आफ्ना कुल पितृको सम्मान गरेपछि हात धोएर देवपूजनको लागि पञ्चाङ्ग स्थान वा देवताहरूको फोटो भएतिर फर्कनु ।

ॐ श्रीभगवते साम्बसदाशिवाय नमः ! ....**समर्पयामि ।** (शिव, पार्वती, नन्दी, बाघ, त्रिशूल, तक्षक नाग, तथा सकल शिवपरिवार)

ॐ श्रीलक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः................. **समर्पयामि ।**

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(विष्णु, लक्ष्मी, गरूड्, मयूर, शङ्ख, चक्र शेषनाग तथा सकल विष्णु परिवार)

ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः.......................समर्पयामि ।

(पत्नी पिङ्गला, घोडा, पुत्रः शनि, वायु तथा सकल सूर्य परिवार)

ॐ श्रीजगदम्बिकायै दुर्गादेव्यै नमः .... समर्पयामि ।

(नवदुर्गा, भैरव, देवीगण, बाघ, त्रिशुल तथा सकल देवि परिवार)

ॐ श्री ऋद्धिसिद्धिसहिताय श्रीमन्महागणाधिपतये नम !.....समर्पयामि ।

(कुमार, मुसो तथा सकल गणेश परिवार)

धूप- **वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्धउत्तमः ।**
आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ।।
धूपं आघ्रापयामि..........धूप देखाउने (सुघाउँने)

बत्ती - **साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया ।**
दीपं गृहाण देवेश त्रैलोक्यतिमिरापहम् ।।
दीपं दर्शयामि .... बत्ती देखाउने

प्रदक्षिणा- **यानि कानि च पापानि जन्मान्तर कृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणा पदे पदे ।।
नैवेद्य फल अर्पण गर्नु ।
नैवेद्यं निवेदयामि । शुद्धजलं समर्पयामि ।

(प्रार्थना मुद्रामा इच्छाअनुसार आफ्ना इष्टदेव स्तोत्र, नवग्रह स्तोत्र, सप्तश्लोकी दुर्गा, सप्तश्लोकी गीता, चतुश्लोकी भागवत, एकश्लोकी रामायण, चालिसा, जप, ध्यान, प्रार्थना गरी, शिर निहुऱ्याई ढोग गर्नु उत्तम हुन्छ। सबै श्लोक यसै किताबमा छन्) यदि कुनै मन्त्र जप गरिन्छ भने अन्त्यमा गायत्री मन्त्र पुनः जप गरी जल अर्पण गर्नुपर्दछ ।

(क) विधिपूर्वक जप, ध्यान, नित्यपूजा भैसकेपछि देवीको पूजा आसनमा बसी देवीको नौ सरे बत्तीको दीप प्रज्ज्वलन गर्नु । तामाको भाँडोमा जल, जौ, तिल, कुश राखी चन्दन, अक्षता, फूल, द्रव्यले कर्मपात्रलाई पूजा गर्नु । पूजा गरिसकेपछि सोही पूजित जललाई फूल - कुशले आफूलाई र सबैतिर "अपवित्र पवित्रो वा ..... " मन्त्रोच्चारणसहित छर्कनु ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(ख) कर्मपात्रको कुश जौ तिल जललाई पूजा गर्नु र दायाँ हातमा लिएर तलको सङ्कल्प वाक्य पढ्नु :

हरिः ॐ तत्सत् विष्णुः विष्णुः विष्णुः अद्येह .... (गोत्र) ..... (नाम) अहम् श्रुतिस्मृतिपुराणोक्तफल प्राप्त्यर्थं मम सपरिवारस्य मोक्षप्राप्त्यर्थं.... (आफ्नो इच्छा/मनोकामना केही छ भने) प्राप्त्यर्थं श्रीभगवतीदुर्गादेव्याः अहम् पूजनं करिष्ये । (जल छोड्ने)

(ग) एउटा भाँडोमा सर्सियुँ, अक्षता, दूवो, कुशको टुक्रा, दही, जौ, तिल, चन्दन र फल (आठ वस्तु) राखेर अर्घ्य बनाउनू, अर्घ्यलाई पूजा गर्नु ।

(घ) अर्घ्य पूजापछि भूमिमा / **ॐ आधारशक्तये कमलासनाय नमः** भनी पूजा गरी त्यसमाथि त्रिकुटी र त्रिकुटीमाथि सर्सियुँ, चन्दन, अक्षता, फूल, दुबो, फल राखेर पूजा गर्दै तलका मन्त्र पढ्दै प्रार्थना गर्ने ।

ॐ गङ्गे च यमुने चैव गोदावरि सरस्वति ।
नर्मदे सिन्धुकावेरि जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु ।।
ॐ हर हर ! ॐ हर हर !! ॐ हर हर !!!

(ङ) तलका वाक्यद्वारा सम्पूर्ण तीर्थको आवाहन गरी पूजा गर्ने -

ॐ द्वादशकलात्मने सूर्यमण्डलाय नमः ।
ॐ षोडशकलात्मने चन्द्रमण्डलाय नमः ।
ॐ दशकलात्मने वह्निमण्डलाय नमः ।

मत्स्यमुद्रा, धेनुमुद्रा देखाउने र त्यही अर्घ्यजल कर्ताले सेचन गर्ने ।

(च) शङ्ख, घण्ट, दीप, कलश, गणेश, डमरू, चमर ... आदिको पूजा गर्ने (सबै पूजा सामग्रीद्वारा)

ॐ शङ्खाय नमः ॐ घण्टस्थिताय गरुडाय नमः
ॐ दीपनारायणाय नमः ॐ वरुणकलशाय नमः
ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः ॐ डमरुवाद्याय नमः
ॐ चमरव्यजनाय नमः

(छ) दश दिशामा दिक्पालहरूको पूजा गर्ने

ॐ इन्द्राय नमः पूर्व दिशामा, **ॐ अग्नये नमः** आग्नेय कोणमा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ यमाय नमः दक्षिण दिशामा, **ॐ नित्रऋत्यै नमः** नैऋत्य कोणमा
ॐ वरुणाय नमः पश्चिम दिशामा, **ॐ वायवे नमः** वायव्य कोणमा
ॐ कुवेराय नमः उत्तर दिशामा, **ॐ ईशानाय नमः** इशान कोणमा
ॐ ब्रह्मणे नमः पूर्व र आग्नेय बीचमा
ॐ अनन्ताय नमः नैऋत्य र पश्चिमको बीचमा

(ज) आठ दिशामा अष्टमातृकाको पूजा गर्ने

ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै बिच्चे ॐ ब्राह्म्यै नमः -पूर्व दिशामा
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ॐ माहेश्वर्यै नमः -आग्नेय कोणमा
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ॐ कौमार्यै नमः -दक्षिण कोणमा
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ॐ वैष्णव्यै नमः -नैऋत्य कोणमा
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ॐ वाराह्यै नमः -पश्चिम कोणमा
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ॐ इन्द्राण्यै नमः -वायव्य कोणमा
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ॐ चामुण्डायै नमः -उत्तर कोणमा
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ॐ महालक्ष्म्यै नमः -ईशान कोणमा

(झ) मध्यभागमा राखिएको माटोको घडा/तामाको कलश वा गाग्रीलाई गाईको गोबरले सिँगार्ने र सोही गोबरमाथि भिजेको जौ टाँस्ने, अबीर, वस्त्रले सिँगार्ने । कलशभित्र जल, पञ्चपल्लव, देवीको प्रतिमा वा पैसा राख्ने । त्यस कलशमाथि अष्टदल भएको तामाको थाली राख्ने, थालीको बीचमा दुर्गा भगवतीको प्रतिमा राख्ने र नवार्णव मन्त्रले नव दुर्गाको नामपिच्छे पूजा गर्ने -

ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-शैलपुत्र्यै नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-ब्रह्मचारिण्यै नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-चन्द्रघण्टाय नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-कुष्माण्डाय नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-स्कन्दमात्र्यै नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-कात्यायन्यै नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-कालरात्र्यै नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-महागौर्यै नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे-सिद्धिदात्र्यै नमः

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(ञ) प्राणप्रतिष्ठाको लागि आह्वान गर्ने ।

आगच्छ वरदे देवि सर्वकामार्थसिद्धये ।
रक्षाम कुरु सदा भद्रे दुर्गे देवि नमोऽस्तु ते ।।

आवाहनं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः जल चढाउने

ध्यानं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः नमस्कार गर्ने

अष्टदलको वरिपरि फूल चन्दन अक्षताले पूजा गर्ने–

ॐ देवी सिंहासनाय नमः
ॐ मण्डूकादि पीठ देवताभ्यो नमः
ॐ देवी परिवारेभ्यो नमः
ॐ सकल देवी भक्तेभ्यो नमः

आसनं (कुशको टुक्रा) समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः

ॐ जयन्ती मङ्गलाकाली भद्रकाली कपालिनी ।
दुर्गा क्षमा शिवा धात्री स्वाहा स्वधा नमोऽस्तु ते ।।

(अब प्रत्येकपल्ट यो मन्त्र भन्दै चढाउँदै जाने

ॐ जयन्ती .... पाद्यं (जल) समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
ॐ जयन्ती .... अर्घ्यं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
आचमनीयं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
मधुपर्क समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
पञ्चामृतं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
युग्मवस्त्रं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
सौभाग्य–वस्तूनि समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
चन्दनं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
सिन्दुरं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
आरक्तकं (अबीर) समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
यवान् तिलान् समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः
रक्तदध्यक्षतान् (रातो दही अक्षता) **समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः**
पुष्पं समर्पयामि दुर्गादिव्यै नमः

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

बिल्वपत्राणि समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः
मालां समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः
सर्वसामग्रीं (अन्य केही भए) **समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः**

देवीको सम्पूर्ण अङ्ग सम्झँदै पूजासामग्रीले पूजा गर्ने ।

ॐ दुर्गायै नमः पादौ पूजयामि । (पाउको पूजा गर्ने)
ॐ महाकाल्यै नमः गुल्फौ पूजयामि । (गोलिगाँठो पूजा गर्ने)
ॐ कात्यायन्यै नमः जङ्घे पूजयामि (तिघ्राको पूजा गर्ने)
ॐ मङ्गलायै नमः जानुनीं पूजयामि (घुँडाको पूजा गर्ने)
ॐ भद्रकाल्यै नमः कटिं पूजयामि (कम्मरको पूजा गर्ने)
ॐ कमलायै नमः नाभिं पूजयामि (नाइटो पूजा गर्ने)
ॐ शिवायै नमः उदरं पूजयामि (पेट पूजा गर्ने)
ॐ स्कन्दायै नमः कण्ठं पूजयामि (घाँटी पूजा गर्ने)
ॐ महिषासुरमर्दिन्यै नमः नेत्रे पूजयामि (आँखा पूजा गर्ने)
ॐ उमायै नमः शिरः पूजयामि । (शिरको पूजा गर्ने)
ॐ विन्ध्यवासिन्यै नमः सर्वाङ्गं पूजयामि ।(सम्पूर्ण शरीरको पूजा गर्ने)
धूपं आघ्रापयामि, दीपं दर्शयामि दुर्गादेव्यै नमः
नैवेद्यं निवेदयामि, जलं समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः
करोद्वर्तनं (श्रीखण्ड,कपूर,चन्दनयुक्त जल) समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः
फलादिनैवेद्यं निवेदयामि दुर्गादेव्यै नमः
ताम्बूलं पुगीफलं च समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः
दक्षिणाद्रव्यं समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः
चामरं व्यजयामि (चमर हल्लाउने) दुर्गादेव्यै नमः
आदर्श (ऐना) दर्शयामि दुर्गादेव्यै नमः
ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै बिच्चे (नवार्ण मन्त्र)

(१०८ वा ५४ वा २७ वा ९ पटक जप)

गुह्यातिगुह्यगोप्त्री त्वं गृहाणास्मत्कृतं जपम् ।
सिद्धिर्भवतु मे देवि त्वत्प्रसादात्सुरेश्वरि ।
जलं समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः (हातमा लिएको जल छोड्ने)
यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणापदे पदे ।।

(हातमा जल लिएर दाहिने तिरबाट मन्दिरमा घुमाएर नमस्कार गर्ने)

प्रदक्षिणां समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः ।

निराजनं समर्पयामि दुर्गादेव्यै नमः ।

सप्तश्लोकी दुर्गासप्तशती पाठ गर्ने (हातमा जल लिने)

विनियोग- ॐ अस्य श्रीदुर्गासप्तश्लोकीस्तोत्रमन्त्रस्य नारायण ऋषिः, अनुष्टुप् छन्दः, श्रीमहाकालीमहालक्ष्मीमहासरस्वत्यो देवताः, श्रीदुर्गाप्रीत्यर्थं सप्तश्लोकीदुर्गापाठे विनियोगः।

ॐ ज्ञानिनामपि चेतांसि देवी भगवती हिंसा ।
बलादाकृष्य मोहाय महामाया प्रयच्छति ।।१

दुर्गे स्मृता हरसि भीतिमशेषजन्तोः
स्वस्थैः स्मृता मतिमतीव शुभां ददासि ।
दारिद्र्य-दुःखभयहारिणि का त्वदन्या
सर्वोपकारकरणाय सदार्द्रचित्ता ।। २।।

सर्वमङ्गलमाङ्गल्ये शिवे सर्वार्थसाधिके ।
शरण्ये त्र्यम्बके गौरि नारायणि नमोऽस्तु ते ।।

शरणागतदीनार्तपरित्राणपरायणे ।
सर्वस्यार्तिहरे देवि नारायणि नमोऽस्तु ते ।।

सर्वस्वरुपे सर्वेशे सर्वशक्तिसमन्विते ।
भयेभ्यस्त्राहि नो देवि दुर्गे देवि नमोऽस्तु ते ।।

रोगानशेषानपहंसि तुष्टा
रुष्टा तु कामान् सकलानभीष्टान् ।
त्वामाश्रितानां न विपन्नराणाम्
त्वामाश्रिता ह्याश्रयताम् प्रयान्ति ।।

सर्वाबाधाप्रशमनं त्रैलोक्यस्याखिलेश्वरि ।
एवमेव त्वया कार्यमस्मद्वैरिविनाशनम् ।।

।। श्रीसप्तश्लोकी दुर्गा सम्पूणम् ।।

श्री दुर्गासप्तसती (चण्डी)मा भएका केही महत्त्वपूर्ण मन्त्रहरू यस प्रकार

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

छन्। जुन दैनिक भाका हालेर मिठो स्वरमा पढ्दा देवी प्रसन्न हुन्छिन्। (केही मन परेका श्लोक कण्ठ गर्नुहोस्)

रोगनिवारणको लागि :

रोगानशेषानपहंसि तुष्टा, रुष्टा तु कामान् सकलानभीष्टान् ।
त्वामाश्रितनां न विपन्नराणां, त्वामाश्रिता ह्याश्रयतां प्रयान्ति ।।

दुःख - दारिद्र्यनाशका लागि :

दुर्गे स्मृता हरसि भीतिमशेषजन्तोः
स्वस्थैः स्मृता मतिमतीव शुभाम् ददासि ।
दारिद्र्यदुःखभयहारिणि कात्वदन्या,
सर्वोपकारकरणाय सदार्द्रचित्ता ।।

विपत्तिनाशको लागि :

शरणागतदीनार्तपरित्राणपरायणे ।
सर्वस्यार्तिहरे देवि नारायणि नमोऽस्तु ते ।।

शत्रु-बाधानिवारणको लागि :

सर्वाबाधाप्रशमनं त्रैलोक्यस्याऽखिलेश्वरी ।
एवमेव त्वया कार्यमस्मद्वैरिविनाशनम् ।।

भयनाशको लागि :

सर्वस्वरुपे सर्वेशे सर्वशक्तिसमन्विते ।
भयेभ्यस्त्राहि नो देवि दुर्गे देवि नमोऽस्तुते ।।

धन-पुत्रप्राप्तिको लागि :

सर्वाबाधाविनिर्मुक्तो धन-धान्यसुताऽन्वितः ।
मनुष्यो मत्प्रसादेन भविष्यति न संशयः ।।

शक्तिप्राप्तिको लागि :

सृष्टिस्थिति विनाशानां शक्तिभूते सनातनि ।
गुणाश्रये गुणमये नारायणि नमोऽस्तु ते ।।

सबै प्रकारका कल्याणको लीग :

सर्वमङ्गलमाङ्गल्ये शिवे सर्वार्थसाधिके ।
शरण्ये त्र्यम्बके गौरि नारायणि नमोऽस्तु ते ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पापनाशको लागि :

हिनस्ति दैत्यतेजांसि स्वनेनाऽऽपूर्यया जगत् ।
सा घण्टा पातु नो देवि पापेभ्यो नः सुतानिव ।।

हर्षप्राप्तिको लागि :

प्रणतानां प्रसीद त्वं देवि विश्वार्तिहारिणि ।
त्रैलोक्यवासिनामीड्ये लोकानां वरदा भव ।।
ॐ जयन्ती मङ्गलाकाली भद्राकाली कपालिनी ।
दुर्गा क्षमा शिव धात्री स्वाहा स्वधा नमोऽस्तु ते ।।

(अन्य कुनै मन्त्र, देवस्स्मरण ज्ञान भएमा प्रार्थना गर्न हुन्छ ।)

जमरा राख्ने तैयारी गर्ने :

सूर्यको प्रकाश नपर्ने कुनामा भुइँमा वा टपरी/ दुनामा माटो / बालुवाको वेदी बनाउने र मन्त्रसहित छुने :

ॐ भूरसि भूमिरस्यादिरसिविश्वधाया विश्वस्य भुवनस्य धर्त्री ।
पृथिवीन्दृꣳयच्छ दृपृथिवीम्माहिꣳसीः ।।

तिलानीजलद्वारा मन्त्रसहित सेचन गरी पवित्र बनाउने -

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।
ॐ पुण्डरीकाक्ष पुनातु । ॐ पुण्डरीकाक्षाय नम ! पुनातु

भिजाएर/ढड्याएर राखेको जमरा सामग्री (जौ, मकै, ...) माटोमा तलको मन्त्र पढ्दै छर्ने, हल्का हल्लाउने, जल छर्कने र पूजा गर्ने ।

मन्त्र : **ॐ यव त्वं यवरुपोऽसि यज्ञार्थे निर्मितो विधेः**
देवानां तृप्तिकृद्यस्मात्तस्मात्वं वरदो भव ।।
ॐ जयन्ती मङ्गलाकाली भद्रकाली कपालिनी ।
दुर्गा क्षमा शिवा धात्री स्वाहा स्वधा नमोऽस्तु ते ।

सिद्धकुञ्जिकास्तोत्रम् पाठ गर्ने : (यो देवी प्रसन्न हुने दुर्लभ मन्त्र हो)

शिव उवाच-

शृणु देवि प्रवक्ष्यामि कुञ्जिकास्तोत्रमुत्तमम् ।
येन मन्त्रप्रभावेण चण्डीजापः शुभो भवेत् ।।
न कवचं नार्गलास्तोत्रं कीलकं न रहस्यकम् ।
न सूक्तं नापि ध्यानं च न न्यासो न च वार्चनम् ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कुञ्जिकापाठमात्रेण दुर्गापाठफलम् लभेत् ।
अतिगुह्यतरं देवि देवानामपि दुर्लभम् ।।
गोपनीयं प्रयत्नेन स्वयोनिरिव पार्वति ।
मारणं मोहनं वश्यं स्तम्भनोच्चाटनादिकम् ।
पाठमात्रेण संसिद्धयेत् कुञ्जिकास्तोत्रमुत्तमम् ।।

अथ मन्त्र : ॐ ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ।

ॐ ग्लौ हुं क्लीं जूं सः ज्वालय ज्वालय ज्वल ज्वल प्रज्वल प्रज्वल ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चे ज्वल हं सं लं क्षं फट् स्वाहा

इति मन्त्र :

नमस्ते रुद्ररुपिण्यै नमस्ते मधुमर्दिनि ।
नमः कैटभहारिण्यै नमस्ते महिषार्दिनि ।।
नमस्ते शुम्भहन्त्यै च निशुम्भासुरघातिनि ।
जाग्रतं हि महादेवि जपं सिद्धं कुरुष्व मे ।।
ऐंकारी सृष्टिरुपायै ह्रींकारी प्रतिपालिका ।
क्लींकारी कामरुपिण्यै बीजरुपे नमोऽस्तु ते ।।
चामुण्डा चण्डघाती च यैकारी वरदायिनी ।
विच्चे चाभयदा नित्यं नमस्ते मन्त्ररुपिणि ।।
धाँ धीं धं धूर्जटेः पत्नी वां वीं वूं वागधीश्वरी ।
क्रां क्रीं क्रूं कालिका देवि शां शीं शूं मे शुभं कुरु ।।
हुं हुं हुंकाररुपिण्यै जं जं जं जम्भनादिनी ।
भ्रां भ्रीं भ्रूं भैरवी भद्रे भवान्यै ते नमो नमः ।।
अं कं चं टं तं पं यं शं वीं दुं एं वीं हं क्षम् ।
धिजाग्रं धिजाग्रं त्रोटय त्रोटय दीप्तं कुरु कुरु स्वाहा ।।
पां पीं पूं पार्वती पूर्णा खां खीं खूं खेचरी तथा ।
सां सीं सूं सप्तशतीदेव्या मन्त्रसिद्धिं कुरुष्व मे ।।
इदं तु कुञ्जिकास्तोत्रं मन्त्रजागर्तिहितवे ।
अभक्ते नैव दातव्यं गोपितं रक्ष पार्वति ।।
यस्तु कुञ्जिकया देवि हीनां सप्तशतीं पठेत् ।
न तस्य जायते सिद्धिररण्ये रोदनं यथा ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

यथाशक्ति श्री दुर्गा सप्तसती स्तोत्र पाठ गर्ने :

पाठ गर्ने तरिका :

क) दैनिक एक आवृत्ति पाठ गर्न इच्छा भएमा यसरी गर्नुः

- दुर्गा सप्तशती पुस्तकलाई एक पटक राम्ररी हेर्नुहोस् । नेपाली भाषामा दिइएका निर्देशन ध्यानपूर्वक पढ्नुहोस्, गर्नुहोस् । रक्तचन्दन निधारमा लगाउनुहोस् ।
- मन्त्र जप गरेपछि पाठ आरम्भ गर्नुहोस् : अथ दुर्गा कवचम, अर्गलास्तोत्रम्, अथकीलकम्, न्यास, दुर्गा सप्तशती (१ अध्याय देखि १३ अध्यायसम्म) अथ तन्त्रोक्त देवीसूक्तम्, अथ प्राधानिक रहस्यम्, अथ वैकृतिकं रहस्यम्, अथ मूर्तिरहस्यम्, सिद्धकुञ्जिकास्तोत्रम्, र क्षमा प्रार्थना (यसरी गर्दा ९ दिनसम्म ९ आवृत्ति पूर्ण हुन्छ ।)

ख) नवरात्रभर तीन आवृत्ति गर्नेरूले यसरी गर्नु :
माथि बताइएका सबै गर्नु केवल दुर्गा सप्तशती शीर्षकमा पहिलो दिन प्रथमचरित्र (पाठ १ मात्र) दोस्रो दिन मध्यम चरित्र (पाठ २-४) र तेस्रो दिन उत्तर चरित्र (पाठ ५-१३) सम्म गरेर गर्नु ।

ग) नवरात्र भर मात्र एक आवृत्ति गर्नेहरूले यसरी गर्नु :
प्रत्येक दिन दुर्गाकवच, अर्गलास्तोत्र, कीलक न्यास गर्ने र सप्तशती पाठ क्रमस दिनहरूमा १, २, १, ४, २, १, २ अध्याय मात्र तर चरित्रअनुसार विनियोग गर्नु । सिद्ध कुञ्जिकास्तोत्र र क्षमायाचना दैनिक गर्नु ।

घ) एक आवृत्ति पनि गर्न नसकेमा प्रत्येक दिन सिद्धकुञ्जिकास्तोत्र र क्षमायाचना मात्र भए पनि गर्नु ।

ङ) माथि भनिएका केही पनि नसकेमा दुर्गा सप्तशती पुस्तकलाई प्रत्येक दिन आसनमा राखेर यथाशक्ति पूजा गरी ढोग गर्नु ।

दोस्रो तरिका

यदि माथि उल्लेख गरिएको पूजाविधिअनुसार गर्ने समय, स्थान र सामर्थ्यले असमर्थ भएमा यो अझ सरल तरिकाबाट केही न केही

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अवश्य गर्नुहोला । नित्य स्नान र पूजा गर्ने चलन भएमा सो पूजापछि एउटा छुट्टै थाली/टपरीमा चामल र कपडा त्यस माथि देवीको फोटो वा मूर्ति राख्ने, दायाँपट्टि नौ सुते बत्तीको दीयो (चामल माथि) र बायाँपट्टि तामाको कलश (फूल, टीका, रातो सेतो कपडाले सिँगारिएको) राख्ने, माथि दिइएको विधिअनुसार आफूसँग भएका सामग्रीहरूले पूजा गर्ने, सामग्री चढाउने, धूप, दीप, नैवेद्य, जल, आरती गर्ने । नवार्णमन्त्र जप गर्ने (मालाद्वारा वा मानसिक रूपमा) दुर्गाकवच, दुर्गास्तवन, दुर्गास्तोत्रद्वारा प्रार्थना गर्ने, सिद्धकुञ्जिकास्तोत्र भने प्रत्येक दिन अनिवार्य पाठ गर्ने नित्यपूजा गर्ने चलन नभएमा पहिला दीप कलश र गणेशको पूजा गरेर मात्र दुर्गामाताको पूजा गर्नुपर्दछ । एकदेखि एघार वर्षसम्मकी कन्या उपलब्ध भएमा प्रत्येक दिन टीका - फूल - प्रसाद - यथाशक्ति दक्षिणा दिई पाउमा ढोग गर्ने, नभए प्रत्येक दिनमा सम्झेर राखी पछि भए पनि दिनु ।

तेस्रो तरिका

माथि उल्लेख गरिएका विधिहरू विविध कारणले गर्दा गर्न सक्नुभएन भने पनि यस प्रकार गर्नुहोस्; स्नान गरी शुद्ध कपडा लगाउने, घरमा भएका फोटाहरूको अगाडि उभिएर वा बसेर पवित्र मन, वचन र कर्मले भन्न सक्ने मन्त्र श्लोकद्वारा प्रार्थना गर्ने । आफूसँग जे सामग्री छन् सोही चढाउने वा पहेँला सिक्का पैसालाई सम्पूर्ण सामग्री सम्झेर अर्पण गर्ने धूप, बत्ती, नैवेद्य (भए फल नभए चिनी/मिश्री) अर्पण गर्ने, जल घुमाउने, कान समातेर/छोएर क्षमा प्रार्थना गर्ने (दायाँ हातले बायाँ कान र बायाँ हातले दायाँ कान छुनु पर्दछ) यदि एकदेखि एघार वर्षसम्मकी कन्या उपलब्ध छन् भने प्रत्येक दिन टीका लगाई फूल, नैवेद्य, यथाशक्ति दक्षिणा दिई पाउमा ढोग गर्नु नभए नवमीको दिनमा सम्झेर राखी पछि भए पनि दिने । फलाहार गर्ने वा शुद्ध भोजन गर्ने । **द्वितीयाको दिन** : यस दिन ब्रह्मचारिणी रूपकी देवीको पूजा गरिन्छ । ब्रह्मचारिणी अर्थात् तपस्विनी देवीको दोस्रो रूप पूर्ण ज्योतिर्मय छ । नित्य कर्म सकेर पहिलो दिनमा जस्तै गरी दीप, कलश, गणेश पूजा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गर्ने । आवाहन गर्ने ... बाट एवं रीतले पूजा, धूप, दीप, नैवेद्य, जप, पाठ, आरती, क्षमायाचना गरी पूजा गर्ने । आजको दिन विशेष रूपले कपडा र काइँयो चढाइन्छ ।

तृतीयाको दिन : तेस्रो दिन चन्द्रघण्टा रूपकी देवीको पूजा गरिन्छ । सबै कर्महरू दोस्रो दिनमा जस्तै गर्ने । यस दिन विशेषरूपले ऐना, गाजल, काइँयो चढाइन्छ ।

चौथीको दिन : चौथीको दिन कुष्माण्डा रूपकी देवीको पूजा गरिन्छ । दोस्रो दिनमा जस्तै गरी पूजा अर्चना गर्नुपर्दछ । मह, सख्खर, दही र गाजल आज विशेष रूपले चढाइन्छ ।

पञ्चमीको दिन : नवरात्रको पाँचौं दिन वा पञ्चमीको दिन स्कन्दमाता रूपकी देवीको पूजा-आराधना गरिन्छ । स्कन्दकुमार कार्तिकेयको नाम हो, यिनकै माता भएकोले स्कन्दमाता भनिन्छ । यस दिन पनि अन्य दिनहरूमा झैं पूजा-अर्चना गर्नुपर्दछ । धोती (साडी) आज विशेष रूपमा चढाइन्छ ।

षष्टिको दिन : छैटौं दिन नवदुर्गा माताको कात्यायनी रूपकी देवीको पूजा गरिन्छ । कात्यायनी देवीको पूजामा विशेष रूपले अलङ्कार (गहना) र शृङ्गार सामग्रीहरू अर्पण गरी अन्य दिनमा जस्तै पूजा गरिन्छ ।

सप्तमीको दिन : सातौं दिन दुर्गामाताको कालरात्री रूपकी देवीको पूजा आराधना गरिन्छ । चार हात भएकी, चम्किलो तरबार धारण गरेकी शत्रुलाई मार्ने 'काल' की रात्री वा विनाशिनी दुर्गाको ज्यादै खतरनाक रूप कालरात्री वा काली हो । यस दिनलाई फूलपाती भित्र्याउने दिन पनि भनिन्छ । यस दिन त्रिशूल चढाइन्छ ।

अष्टमीको दिन : आठौं दिनलाई महाष्टमी भनिन्छ । यस दिन शङ्खचक्र जस्ती गौरी रूपकी देवीलाई महागौरी नामले पूजा गरिन्छ । यस दिन भगवतीका शक्तिपीठहरूको दर्शन गरी कुभिण्डो अथवा वेलको फल नकाटीकन बलि सम्झेर अर्पण गर्ने चलन छ । कतिपय शक्तिपीठहरूमा पशुबलि सट्टामा नरिवल फुटाएर अविरले रातो बनाई चढाउने चलन पनि छ । यस दिन भैरवको आह्वान गरी विधिपूर्वक पूजा गर्नुपर्दछ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

भैरव आह्वान मन्त्र :

भो भैरव इह आगच्छ इह तिष्ठ यावत् पूजां करोमि तावत्त्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव वरदो भव ।।

ॐ भैरवाय नमः आसनं समर्पयामि,

ॐ भैरवाय नमः पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं, आचमनीयं, मधुपर्क गङ्गाजलं, वस्त्रं, पञ्चामृतं, शुद्धोदक स्नानं, सिन्दूरं, यवान्, तिलान्, पुष्पाणि, धूपं, दीपं, नैवेद्यं, ताम्बूलं समर्पयामि भनी अर्पण गर्ने ।

ॐ हूँ महाशार्दूलवितानाय पिङ्गललोचनाय सिंहाय नमः भन्दै सिंहको पूजा गर्ने ।

घरमा भएका धारिला हतियारहरू सबै सफा गरेर ठाडो बनाएर केराको पात/कपडा/काठमाथि राखेर भए नौवटा पुऱ्याएर पूजागर्ने । देवीका सम्पूर्ण हतियारको पूजा यसरी क्रमश गर्ने

ॐ खड्गाय नमः, ॐ त्रिशूलाय नमः, ॐ चक्राय नमः

महानवमीको दिन : नवौं दिन महानवमीमा सिद्धिदात्री देवीको नामले शक्तिको पूजा गरिन्छ । अणिमा, प्राकाम्य, गरिमा, महिमा, प्राप्ति, लघिमा, इशित्व र वशित्व नामक आठवटै सिद्धि दिनसक्ने भएकी हुंदा यिनलाई सिद्धिदात्री शक्तिको नामबाट पुजिन्छ । त्यस दिन विश्वकर्मा देवताको पनि स्मरणमा पूजा गरी वाहन/साधनस्वरूप हात्ती, घोडा, गाडी, मोटरसाइकल, साइकल, कलकारखाना, मेसिन, इन्जिन सबैको पूजा गरिन्छ। स्थापना गरेका सबै शस्त्रास्त्रलाई पूजा धूप, दीप, दक्षिणा नैवेद्य लगाउने । बलि दिने चलन भएकाहरूले बलि दिने । आजकल पशुबलिको सट्टा काँचो नरिबल फुटाएर त्यसको जलमा अबीर राखी रातो बनाई नरिबल पनि रातो बनाई वा कुभिण्डो, घिराम्लो लाई रातो बनाई बलि सम्झेर अर्पण गर्ने चलन निकै लोकप्रिय भएको पाइन्छ ।

दुई देखी एघार वर्षभित्रसम्मका सर्वगुण सम्पन्न कुमारी कन्याको पाउ धोई पाउको जलले शिरमा मार्जन गरी टीका, दक्षिणा, वस्त्र, दिई पाउमा ढोग गरी मिष्ठान्न भोजन गराउनुपर्दछ । कन्या पूजा गर्दा निम्न नामले पूजा गर्नुः

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

दुई वर्षकी कन्यालाई................ कुमारी
तीन वर्षकी कन्यालाई.............. त्रिमूर्ति
चार वर्षकी कन्यालाई...............कल्याणी
पाँच वर्षकी कन्यालाई ....रोहिणी
छ वर्षकी कन्यालाई ....कालिका
सात वर्षकी कन्यालाई ....चण्डिका
आठ वर्षकी कन्यालाई ....शाम्भवी
नौ वर्षकी कन्यालाई................. दुर्गा
दस वर्षकी कन्यालाई................ सुभद्रा

उच्चारण गरी टीका, दक्षिणा, प्रसाद, वस्त्र, मिष्ठान्न भोजन गराउनु पर्दछ। (यदि कुमारको पनि पूजा गर्ने चलन भएमा) दश वर्षको कुमारलाई वटुक सम्झेर कन्यालाई जस्तै गरी टीका, दक्षिणा, नैवेद्य, मिष्ठान्न भोजन गराई कन्या कुमारको हातबाट आफूले प्रसाद लगाउने गर्नुपर्दछ।

विजयादशमीको दिन : नित्यकर्म सकेपछि तामाको थालीमा अष्टदल लेखी दिक्पालको पूजा सकेर जया विजया र अपराजिताको पूजा समाप्त गरी आरती विसर्जन गर्नु (पूर्ण पात्र र कायेनवाचा) त्यसपछि नित्यकर्म सकेपछि आसनको माथि, मूलढोका/ढोकाको माथि गाईको गोबरमा टीका, अक्षता, जमरा, फूल र द्रव्य लगाइदिनु अनि पूजा आसनमा रही अन्तिम कामना, क्षमायाचना गरी समापन गर्नु र दिनभर आफूभन्दा अग्रजको हातबाट टीका-जमरा लगाई आशीर्वाद लिनू र आफूले पनि सानालाई टीका प्रसाद आशीर्वाद दिनुपर्दछ।

टीका लगाइदिँदा भन्ने श्लोक :

पुरूष : **आयुर्द्रोणसुते श्रियं दशरथे शत्रुक्षयो राघवे,**
ऐश्वर्यं नहुषे गतिश्च पवने मानञ्च दुर्योधने ।
सौर्यं शान्तनवे बलं हलधरे सत्यञ्च कुन्तीसुते,
विज्ञानं विदुरे भवन्तु भवतां कीर्तिश्च नारायणे ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

महिलाः **भद्रमस्तु शिवं चास्तु महालक्ष्मीः प्रसीदतु ।**
रक्षन्तु त्वां सदा देवा आशिषः सन्तु सर्वदा ।।
ॐ जयन्ती मङ्गला काली भद्रकाली कपालिनी ।
दुर्गा क्षमा शिवा धात्री स्वाहा स्वधा नमोऽस्तु ते ।।

२१. शुभ-दीपावली/तिहार

कार्तिक कृष्णपक्षबाट प्रारम्भ हुने यो चाडलाई पञ्च तिथिहरूको उज्यालो चाडको रूपमा मनाइन्छ । काग, कुकुर, गाई, गोरू र दाजुभाइलाई पवित्रभावले पूजा गरेर सबै प्राणीहरूलाई सम्मान गर्न सिकाउने चाड यही हो । अँध्यारो (कृष्णपक्ष) बाट प्रकाशको ज्योति प्रज्वलन गरी उज्यालो (शुक्लपक्ष) तर्फ ज्ञान बुद्धि विवेकको चेतनारूपी बत्ती झिलिमिली पार्दै डोऱ्याउने हुनाले यसलाई शुभ-दीपावली, दीपमाला, दीपमालिका, ज्योतिपर्व पनि भनिन्छ । महाभारतकाअनुसार 'सत्य' मा आधारित दियोमा 'तप' को तेल हालेर 'दया' को बत्ती बाली 'क्षमा' को ज्वालाबाट अँध्यारोलाई नाश गर्न 'दीपक' बालिरहनुपर्दछ। शक्तिका दीपक चन्द्र, दिनका दीपक सूर्य, तीनै लोकका दीपक धर्म र कुलका दीपक सुपुत्र भनी चन्द्र, सूर्य, धर्म र सुपुत्रको संज्ञा दिइएको छ।

हाम्रो संस्कृतिमा सहज मृत्युलाई वरदान मानी मृत्युदेवलाई पुजिन्छ । गीतामा मृत्युलाई चोला बदलेको रूपमा आत्मालाई अमर मानेको छ । जे होस् यी सबैलाई मृत्युदण्ड दिने मृत्युदेव यमराज नै हुन्। देवताहरूले प्रत्येक प्राणी जगत्लाई कर्मअनुसारको फल भोगाउने काममा यमराजलाई खटाई जिम्मा लगाएका छन् । यमराज तिहारका पाँच तिथिहरूमा वा पाँच दिनको लागि आफ्नो जिम्मेवारी चित्रगुप्तलाई जिम्मा लगाएर आफ्नी बहिनी यमुना कहाँ जान्छन् । त्यसैले उनको सत्कार र सम्झनामा उनीसँग सम्बन्धित जीव, पशुपंक्षीको पूजा आराधना गरी मनाइने चाड भएकोले यी पाँच दिनलाई यमपञ्चक भनिन्छ । यसरी उनको पूजा आराधना गर्नाले यमराजको असहज, अकल्पनीय वा अकाल मृत्यु भोग्नुपर्दैन भन्ने शास्त्रीय आख्यान पाइन्छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

२१:१ पहिलो तिहार : कागतिहार

कार्तिक कृष्णपक्ष त्रयोदशीका दिन यो तिहार पर्दछ । तिहारका पाँच तिथिहरूमा पहिलो दिन कागतिहारको नामले प्रसिद्ध छ। यमराजको दूत काग भएकोले विभिन्न खानेकुरा सर्वप्रथम कागलाई सम्झेर काग आउने ठाउँ/दिशा पारी सबै दिशाका कागहरूलाई यो बलि खाउन् भनी राखेर मात्र आफूले खाने गरिन्छ । यस दिन कागको आवाज नक्कल गर्ने व्यक्तिले काठमाडौँ लगायत विभिन्न ठाउँमा सयौँ कागहरूलाई बोलाई रूखमा भेला गराई काग सम्मेलनको संज्ञा दिई काग तिहार मनाएको चर्चा पनि समाचार माध्यमद्वारा सुन्न पाइन्छ ।

यस दिनलाई धन्वन्तरी त्रयोदशी पनि भनिन्छ । आयुर्वेदका प्रवर्तक धन्वन्तरी समुद्र मन्थनबाट निःसृत चौध रत्नहरूमध्ये 'अमृत-कलश' लिई यसै दिन प्रकट भएका हुन् भन्ने कथन छ ।

यस दिन साँझ मूल वा अन्य ढोकामा यमलाई दीप दान स्वरूप दीप प्रज्वलन गरेमा आकस्मिक मृत्यु रोकिने शास्त्रीय कथन पाइन्छ । राजकुमारको विवाह गरेको चौँथो दिनमा मृत्यु भएपछि नवविवाहित राजकुमारीको दुःखको चित्कारको वेदनाबाट प्रभावित भई यमराज स्वयंले यी कुराहरू गरेमा यस्तो घटनाबाट बच्ने उपाय भनी बताएको कथा प्रसङ्ग पाइन्छ ।

२१:२ दोस्रो दिन : कुकुरतिहार

यमपञ्चकको दोस्रो दिन कुकुरको पूजा गरी कुकुर तिहार मनाइन्छ । कुकुर यमराजको दूत भएको वर्णन शास्त्रमा पाइन्छ । युधिष्ठिरसँगै स्वर्ग गएको कुकुरको प्रजाति आज पनि चोर एवं अपराधीहरू पत्ता लगाउन प्रयोग गरिन्छ । आजको दिन घरमा पालेको कुकुरलाई आफ्नै सन्तान सरह सरसफाइ गरी तेल घसी, माला लगाई विभिन्न थरीका मनपर्ने खानेकुरा खान दिइन्छ भने घरमा नभए चौबाटोमा कुकुरलाई सम्झी खानेकुरा राखेर मात्र भोजन गरिन्छ । नरकका स्वामी यमराज भएकाले र श्रीकृष्णले यसै दिन ताडकासुरलाई मारेकाले नरक चतुर्दशी पनि भनिन्छ । फोहोरमैला पनि एक किसिमको नरक भएकाले यस दिन घर, आँगन, बाटो, चौपारी/चौतारी ... आदिलाई सबै मिली

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सर-सफाइ गर्ने गरिन्छ । साँझमा घर आँगन, ढोका सबैतिर दीप प्रज्वलन गरिन्छ ।

२१:३ गाईतिहार, लक्ष्मीपूजा

आज तिहारको तेस्रो दिन अमावस्या (औँसी) तिथि रहेको हुन्छ। यस दिन बिहान गाईको पूजा र साँझमा लक्ष्मीको विशेष पूजा गरी दीपावली गरिन्छ । महाभारत, स्कन्दपुराण, पद्मपुराण, भविष्यपुराण, वेद तथा गौमाहात्म्यमा गाईको विश्वरूप वर्णन गरिएको छ । गाई र कन्यालाई एकै नजरले हेरी एउटै किसिमको माया, सम्मान दिनुपर्दछ। गाईको त गोबर र गोमूत्रमा समेत लक्ष्मीको निवास हुन्छ भनिन्छ। लक्ष्मी, शोभा, सौन्दर्य, सुख, सम्पन्नता, सौभाग्य, ऐश्वर्य एवं सृष्टिकी देवी मानिन्छिन् । तीन लोक दान गरेका राजा वलिराजाले पनि यी दिनहरूमा विधिपूर्वक पूजा-आराधनासहित दीपावली गर्छन् । त्यसलाई यमयातनाबाट मुक्ति मिली लक्ष्मी प्राप्त हुन्छ भन्ने विष्णुबाट वर पाएको कथा प्रसिद्ध छ । त्यसै कारणले वलिराजाको स्मरण गर्दै देउसी-भैलो खेल्ने चलन पनि छ ।

आश्विन शुक्ल पूर्णिमाका दिन र कार्तिक कृष्णपक्ष औँसीको रातमा श्रीलक्ष्मीको विशेष पूजा गरिन्छ र अन्य तिथि, बारअनुसार सामान्य पूजा गरिन्छ। माता लक्ष्मीको प्रिय बार बुध, प्रिय फूल कमल, मखमली, माला कमलगट्टे, नैवेद्य पानीसहितको जटा नरिवल, पेडा, खीर, खोवा, सेल रोटी, पान, कटुस, ओखर, बिमिरो आदि पर्दछन्। १६ सुते बत्ती र तीलको तेल, चमर पङ्खा र अष्टदल अङ्कित तामाको थाली पनि लक्ष्मीपूजामा नभई नहुने सामग्री हुन् । श्रीलक्ष्मीको सुनको प्रतिमा पनि आवश्यक हुन्छ ।

माता लक्ष्मीका आठ स्वरूप, अष्ट लक्ष्मी र सोह्रस्वरूप षोडश लक्ष्मीका रूपमा छन् । सबैका अलग -अलग रूप र विशेषता छन्। अन्य पूजामा जस्तै पूजासामग्री तयार पारिसके पछि उचित स्थानमा उचित तरिकाले मात्र पूजा आरम्भ गर्नुपर्दछ किनकि पूजा अवधिमा नउठीकन विना हलचल गर्दा उत्तम हुन्छ ।

उदयकालको हिमालय पर्वतको समान, चाँदीजस्तो कान्ति

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

धारण गरेकी, क्षीर सागरमा भगवान् विष्णुको पाउको सेवा गरेकी, कमलकी फूलमा बसेकी, चार भुजा र तीन नेत्र भएकी, हातमा कलश र कमलको फूल लिएकी, अस्त्र शस्त्र र वर एवं अभयमुद्राधारण गरेकी माता श्री लक्ष्मीको म ध्यान गर्दछु भनी ध्यान प्रार्थना अर्पण गर्ने ।

पूजाविधि : नित्यपूजा

(नित्यपूजा विशेष रूपमा पितृ कुल इष्टदेव, नाग, नागादि, गुरूसहित गरिने भएमा त्यो सकेर गर्नु र सामान्य भएमा एकैसाथ गर्दा हुन्छ ।)

सामग्रीहरु मिलाएर राख्ने ।

टपरीमा चामल राखी यसमा दियो, अर्को टपरीमा जटाधारी नरिवल, श्रीगणेश स्वरूप र तेस्रो टपरीमा धान राखी कलश वा गाग्री त्यसमाथि पल्लव, तिलानीजल, फल, फूल, नैवेद्य, द्रव्य, असर्फी, चाँदी .... आदि सामग्री र अष्टलक्ष्मी, लक्ष्मीनारायणको फोटोसहित राख्नु । शुद्ध र उचित रङ्गका (रातो) वस्त्र, षोडश श्रृङ्गार (महिला) गरेर उत्तर पूर्व पश्चिम दिशा (दक्षिण बाहेक) फर्केर पूजा आरम्भ गर्ने, सर्स्यूं र अक्षता हातमा लिई तलको मन्त्र पढी कुशद्वारा पूजा स्थान वरिपरि छर्ने : **अपसर्पन्तु भूतानि पिशाचाः सर्वतो दिशः ।**

सर्वेषामविरोधेन पूजाकर्म समारभे ।।

कर्मपात्र (तामाको भाडोमा जल, जौं, तील, कुश राख्ने) पूजा गर्ने

कर्मपात्रको जलले मार्जन गर्ने

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।

यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।

ॐ पुण्डरीकाक्षः पुनातु ! ॐ पुण्डरीकाक्षाय नमः !!

सङ्कल्पः (हातमा तिलानीजल कुशसँग लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** ... ...(आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्नः** (आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री नाम)...... **नामाहं मम कायिक-वाचिक-मानसिक-सांसर्गिक-ज्ञाताज्ञात-सकलदोष-परिहारार्थ श्रुतिस्मृति-पुराणोक्तफल - प्राप्त्यर्थ श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थ श्रीलक्ष्मी नारायणसहित-अष्टलक्ष्मेः**

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(आफूले पूजा गर्न लागेको भगवान्‌को नाम) **एवं सकल-परिवारस्य पूजनं करिष्ये ।** (जल छोड्ने ।

दीप प्रज्वलन - (सोह्रसुते) चन्दन, अक्षता, फूल लिई दीयोलाई छुने र मन्त्र भन्ने **भो दीपनारायण ! इहागच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्त्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव वरदो भव ।**

........(सम्पूर्ण सामग्री क्रमशः) समर्पयामि .... ॐ दीपनारायणाय नमः।

हातमा फूल लिएर प्रार्थना गर्ने :

दीपज्योतिः परंब्रह्मा दीपज्योतिर्जनार्दनः
दीपो हरतु मे पापं सन्ध्यादीपम् नमोऽस्तुते ।।

प्रतिज्ञा सङ्कल्पः (जौ, तिल, कुश हातमा लिई मनोकामनासहित) **हरिः ॐ तत्सत् ! तत्सत् !! तत्सत् !!! ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः पूर्वसङ्कल्पसिद्धिरस्तु अद्येह .... गोत्रः ..... नामः अहम् मम स परिवारस्य अष्टलक्ष्मीसाधनद्वारा महालक्ष्मी प्रसादतो धनधान्य सुखसमृद्धिप्राप्तिपूर्वकं स्थिरलक्ष्मी ...... (कामना) कामनया यथामिलतोपचारै दीपकलश गणेशाङ्ग देवतापूजनपूर्वकं श्रीलक्ष्मीपूजनं करिष्ये (जल छोड्ने)**

कलशपूजा : सिंगारेको कलशमा जल राखी धानमाथि राखेको कलशमा द्रव्य, सुपारी, जौ, दूवो, चन्दन, अक्षता, फूल, सात ठाउँको माटो, पञ्चपल्लव, वस्त्र, आँप, चाँप र पीपलको पात राख्दै पूजा गर्ने ।

ॐ वरुणाय नमः आवाहनं ध्यानं, नमस्कारं, समर्पयामि ।

कलशलाई छोएर मन्त्र भन्ने

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूले त्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञम् कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।
ॐ वरुणाय नमः !! चन्दन फूल लिएर - सकलतीर्थेभ्यो नमः आवाहनं पाद्यं, अर्घ्यं, पञ्चामृतं, आचमनीयं, यवान्, तिलान् ....समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गणेश आवाहन र सबै सामग्रीद्वारा पूजा गर्ने

फूल अक्षता हातमा लिई छुँदै -

भो गणपते ! इह आगच्छ इह तिष्ठ यावत् पूजाम् करोमि तावत्त्व सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव वरदो भव मम पूजां गृहाण ... आसनं, पाद्यं, अर्घ्यं, आचमनीयं, पञ्चामृतं, शुद्धोदक-स्नानं, वस्त्रं, यज्ञोपवीतं, चन्दनं, सिन्दूरं, अबीरचूर्णं, तिलान्, यवान्, अक्षतान् दुर्वाङ्कुरं, रक्तचन्दनं, रक्तपुष्पं, रक्तअक्षतान्, समर्पयामि, ॐ श्रीमन्मगणाधिपतये नमः ।

ॐ एकदन्ताय नमः ॐ गणेशवाहनमूषकाय नमः ॐ गणेशपुत्राय नमः ॐ गणेशपत्नीऋद्धि-सिद्धिदेवीभ्याम् नमः ॐ कुमारगुरवे नमः ।

अष्टदल चिन्ह भएको थालीलाई कलशमुखमा राखी बीच भागमा प्रतिमालाई पञ्चामृतले धोएर बत्तीमा देखाएर कमलको फूलको पत्र वा कुशको टुक्राको आसनमा राख्नु र पूजा गर्नु ।

आवाहन मन्त्रः **आगच्छ भगवन् ! देव ! स्थाने चात्र स्थितो भव यावत् पूजां करिष्येऽहं तावत् त्वम् सन्निधौ भव आवाहनं समर्पयामि** .... (देवताको नाम लिने)

महालक्ष्मीस्तोत्र पाठ

क्षीरोदार्णवसम्भूते कमले कमलालये ।
प्रयच्छ सर्वकामान् मे विष्णुवक्षस्थलाश्रये ।।१।।
पुत्रान्देहि धनं देहि देहि सौभाग्यमुत्तमम् ।
कुरु श्रियं महालक्ष्मिं ह्यलक्ष्मीं त्वाशु नाशय ।२।
विष्णोर्वक्षसि पद्मे च शङ्खे चक्रे तथाम्बरे ।
लक्ष्मिदेवि यथाऽसी त्वं मयि नित्यं तथा भव ।३।
नमस्ते सर्वदेवानां वरदासि हरिप्रिये ।
या गतिस्त्वत्प्रपन्नानां सा मे भूयात् त्वदर्चनात् ।४।

(अर्थ : क्षीर समुद्रबाट पैदा भएकी कमल आसन हुने विष्णुको वक्षस्थलमा रहने हे महालक्ष्मी देवी मेरा सबै कामनाहरू पूरा गरिदिनुहोस् ।१। हे महालक्ष्मी देवी ! पुत्र धन उत्तम सौभाग्य दिनुहोस् सम्पत्ति दिनुहोस् । अलक्ष्मी (अलच्छिन) लाई चाँडै नाश गरी दिनुहोस् ।२। हे महालक्ष्मी देवी विष्णुको छातीमा कमलमा शङ्खमा चक्रमा त्यस्तै आकाशमा जसरी

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

हजुर सधैं विराजमान हुनुहुन्छ त्यसरी नै ममा पनि सधैं राज हुनुहोस् ।३। विष्णु भगववान्की प्रिया भएकी हे महालक्ष्मी सबै देवताहरूको कामना पूर्ण गरिदिने हजुरलाई नमस्कार छ हजुरको शरणमा पर्ने मानिसहरूको जुन गति हुन्छ, हजुरको पूजा गर्ने मेरो पनि त्यही गति होस् ।४ ।।

सिद्धिलक्ष्मीस्तोत्रम्

सिद्धिलक्ष्मीं महादेवीं पञ्चाचलनिवासिनीम् ।
पञ्चवक्त्रां परादेवीं नमामि परमार्थदाम् ।।

हातमा चन्दन, अक्षता, फूल लिएर मनोकामनासहितको प्रार्थना गरी **ॐ महालक्ष्म्यै नमः पुष्पाञ्जलिं नमस्कारं (मनोकामनासहितं) समर्पयामि ।**

अष्टदलको बीचमा आसन राखेर आह्वान गर्ने मन्त्र :

महालक्ष्मि समागच्छ पद्मनाभपदादिह ।
सर्वोपचारपूजेयं त्वदर्थ देवि सम्भूता ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः, आवाहनं समर्पयामि ।

ध्यान गर्ने मन्त्र :

शुभ्रवस्त्रपरिधानां मुक्तामणिविभूषिताम् ।
पङ्कजासनसंस्थानां स्मेराननसरोरुहाम् ।।
शारदेन्दुकलाकान्तिस्निग्धनेत्रां चतुर्भुजाम् ।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः ध्यानं समर्पयामि ।

जल चढाउने मन्त्र :

कर्पूरचन्दनविमिश्रितमेतदीश
गाङ्गेयमुत्तममिदं सलिलं सुगन्धिम् ।।
पाद्यं निवेद्य निखलाऽघहरे पवित्रम्
प्रक्षालयामि भवदीयपदारविन्दम् ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः पाद्यं समर्पयामि ।

अब अर्घ जल चढाउने मन्त्र :

ॐ इन्दिरे जगदाधारे जगत्पूज्ये हरिप्रिये ।
गृहाणार्घ्यं मया दत्तं कल्याणं कुरु मे सदा ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः जलं समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

आचमनीय जल चढाउने मन्त्र :

ॐ आचम्य जगदाधारे सिद्धिलक्ष्मि जगत्प्रिये ।
चपले देवि ते दत्तं मुखमाचमनीयकम् ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः आचमनीयं समर्पयामि ।

पञ्चामृत चढाउने मन्त्र :

ॐ पयोदधि घृतं क्षौद्रं सितया च समन्वितम् ।
स्नानं पञ्चामृतेनाद्य कुरु देवि दयानिधे ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः पञ्चामृतं समर्पयामि ।

बेलपत्र चढाउने मन्त्र :

ॐ त्रिदलं त्रिगुणाकारं शिवसन्तोषकारकम् ।
बिल्वपत्रं प्रयच्छामि प्रसीद परमेश्वरि ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः बिल्वपत्रं समर्पयामि ।

तुलसीपत्र चढाउने मन्त्र :

ॐ हरे प्रियतरं वृन्दा भवमङ्गलकारकम् ।
पत्राधिराजं तुलसीपत्रं तुभ्यं समर्पये ।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः तुलसीपत्रं समर्पयामि ।

कमलको फूल चढाउने मन्त्र :

ॐ त्वदीयनेत्रसंकाशं पत्रपुञ्जविराजितम् ।
कमलं ते प्रयच्छामि कमलावाप्तिहेतवे ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः कमलपुष्पं समर्पयामि ।

सुगन्ध स्नान गराउने मन्त्र :

ॐ इदं तव महालक्ष्मि कर्पूरागरुमिश्रितम् ।
तीर्थेभ्यः सुसमानीतं स्नानार्थं प्रतिगृह्यताम् ।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः सुगन्धिस्नानं समर्पयामि ।

वस्त्र चढाउने मन्त्र :

ॐ सूक्ष्मतन्तुभवं वस्त्रं कलाकौशेयकल्पितम् ।
लोकलज्जाहरं देवि गृहाण सुरसत्तमे ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः वस्त्रं समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सौभाग्यद्रव्य चढाउने मन्त्र :

ॐ कज्जलाऽदर्शतिलकान् कङ्कणं केशसाधिनीम् ।
सिन्दूरं वेणिसूत्रं च सौभाग्यं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः सौभाग्यद्रव्यं समर्पयामि ।

चन्दन चढाउने मन्त्र :

ॐ मलयाचलसंभूतं धनसारमनोहरम् ।
शीतलबहुलामोदं चन्दनं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः चन्दनं समर्पयामि ।

सिन्दूर चढाउने मन्त्र :

ॐ उद्यदादित्य सङ्कासम् स्त्रीणां सीमन्तभूषणम् ।
वीरालङ्करणं दिव्यं सिन्दूरं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः सिन्दूरं समर्पयामि ।

अबीर चढाउने मन्त्र :

ॐ नानापरिमलद्रव्यैः निर्मितम् चूर्णमुत्तमम् ।
आरक्तनामकं दिव्यं सुगन्धिं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः आरक्तकं समर्पयामि ।

जौ तिल चढाउने मन्त्र :

यवान् शुभ्रान् तिलाँश्चैव हरिदेहसमुद्भवान् ।
सर्वदेवप्रियान् देवि गृहाण परमेश्वरि ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः यवतिलान् समर्पयामि ।

अक्षता चढाउने मन्त्र :

अक्षतांश्च सुरश्रेष्ठे कुङ्कुमेन च रञ्जितान् ।
मया निवेदितान् भक्त्या गृहाण जगदीश्वरि ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः अक्षतान् समर्पयामि ।

फूल चढाउने मन्त्र :

ॐ चञ्चत्परिमलामोदमत्तालिकुलसङ्कुलम् ।
आनन्दिनन्दनोत्पन्नं पद्मायै कुसुमं नमः ।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः नानाविधानि पुष्पाणि समर्पयामि ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

माला चढाउने मन्त्र :

नानासुगन्धसंयुक्ता नानापुष्पविनिर्मिताम् ।
मया निवेदिता माला गृह्यतां जगदीश्वरि ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः मालां समर्पयामि ।

परिमलद्रव्य (अत्तर) चढाउने मन्त्र :

पुष्पसारमिदं स्वच्छं सुगन्धि सुमनोहरम् ।
प्रीतिदं सर्वलोकानां त्वं गृहाण सुरेश्वरि ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः द्रव्यं समर्पयामि ।

नामपूजा (अक्षता फूल आदि लिएर नामै पिच्छे पूजा गर्ने)

ॐ श्रियै नमः ।। ॐ लक्ष्म्यै नमः ।। ॐ वरदायै नमः ।। ॐ विष्णुपत्न्यै नमः ।।ॐ क्षीरसागरवासिन्यै नमः ।। ॐ हिरण्यरुपायै नमः ।। ॐ सुवर्णमालिन्यै नमः ।। ॐ पद्मवासिन्यै नमः ।। ॐ पद्मप्रियायै नमः ।। ॐ मुक्तालङ्कारिण्यै नमः ।। ॐ सूर्यायै नमः ।। ॐ चन्द्राननायै नमः ।। ॐ विश्वमूर्त्यै नमः ।। ॐ मुक्त्यै नमः ।। ॐ मुक्तिदायै नमः ।। ॐ ऋद्ध्यै नमः ।। ॐ समृद्ध्यै नमः ।। ॐ तुष्ट्यै नमः ।। ॐ पुष्ट्यै नमः ।। ॐ धनेश्वर्यै नमः ।। ॐ श्रद्धायै नमः ।। ॐ भोगिन्यै नमः ।। ॐ भोगदायै नमः ।। ॐ धात्र्यै नमः ।।

लक्ष्मीको अङ्गलाई सम्झेर फूल अक्षता लिई अङ्ग पिच्छे पूजा गर्ने :

ॐ चपलायै नमः पादौ पूजयामि (पाउमा)
ॐ चञ्चलायै नमः जानुनी पूजयामि (घुँडामा)
ॐ कमलायै नमः कटिं पूजयामि (कम्मरमा)
ॐ कात्यायन्यै नमः नाभिं पूजयामि (नाइटो)
ॐ जगन्मात्रे नमः जठरं पूजयामि (छातीमा)
ॐ विश्ववल्लभायै नमः वक्षः पूजयामि (घाँटीमा)
ॐ कमलवासिन्यै नमः नेत्रे पूजयामि (आँखामा)
ॐ श्रियै नमः शिरः पूजयामि (शिरमा)

पूर्वादि क्रमले आठ दिशामा अष्ट सिद्धिको पूजा गर्ने- पूर्वपट्टिबाट

भो अणिमन् इहागच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्त्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नोऽभव वरदोऽभव ...

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पाद्यं समर्पयामिः ॐ अणिम्ने नमः

अर्घ्यम् समर्पयामिः ॐ अणिम्ने नमः

आचमनीयं समर्पयामिः ॐ अणिम्ने नमः

शुद्धोदक स्नानं समर्पयामिः ॐ अणिम्ने नमः

इदं लेपनं चन्दनं, सिन्दूरं अबीरचूर्णं, अक्षतान्, यवान् तिलान्, पुष्पाणि समर्पयामि ॐ अणिम्ने नमः ।। भनी चढाउने ।

आग्नेय दिशामा

भो महिमन् इहागच्छ इह तिष्ठ मम पूजाम् गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव वरदो भव ।

पाद्यं अर्घ्य, ... पुष्पाणि समर्पयामि ॐ महिम्ने नमः

दक्षिण दिशामा – भो गरिमन् इहागच्छ इह तिष्ठ ..वरदो भव ।

पाद्यं अर्घ्य पुष्पाणि समर्पयामि ॐ गरिम्णे नमः ।

नैर्ऋत्य दिशामा – भो लधिमन् इहागच्छ इह तिष्ठ ... वरदो भव ।

पाद्यं अर्घ्य पुष्पाणि समर्पयामि ॐ लधिम्ने नमः ।

पश्चिम दिशामा – भो प्राप्ते इहागच्छ इह तिष्ठ ...... वरदो भव ।

पाद्यं अर्घ्य पुष्पाणि समर्पयामि ॐ प्राप्त्यै नमः ।।

वायव्य दिशामा – भो प्रकाम्य ! इहागच्छ इह तिष्ठ ..... वरदो भव ।

पाद्यं अर्घ्य पुष्पाणि समर्पयामि ॐ प्रकाम्याय नमः ।।

उत्तर दिशामा – भो ईशिते इहागच्छ इह तिष्ठ ...... वरदो भव ।

पाद्यं अर्घ्य पुष्पाणि समर्पयामि ॐ ईशितायै नमः ।।

ईशान दिशामा – भो वशिते इहागच्छ इह तिष्ठ .... वरदो भव ।

पाद्यं अर्घ्य पुष्पाणि समर्पयामि ॐ वशितायै नमः ।।

पूर्वादिक्रमले अष्टलक्ष्मीको पूजा गर्ने :

पूर्व (आद्यलक्ष्मी)–

भो आद्यलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव वरदो भव ।।

पाद्यं समर्पयामि ॐ आद्यलक्ष्म्यै नमः ।।

अर्घ्य समर्पयामि ॐ आद्यलक्ष्म्यै नमः ।।

आचमनीयं समर्पयामि ॐ आद्यलक्ष्म्यै नमः ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ आद्यलक्ष्म्यै नमः ।।

शुद्धोदक स्नानं समर्पयामि ॐ आद्यलक्ष्म्यै नमः ।।

इदं लेपनं चन्दनं, सिन्दूरं, अबीरचूर्णं, अक्षतान्, यवान्, तिलान् पुष्पाणि समर्पयामि ॐ आद्यलक्ष्म्यै नमः ।।

आग्नेये (विद्यालक्ष्मीं)- भो विद्यालक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ ....

पाद्यं अर्घ्यं ....पुष्पाणि समर्पयामि ॐ विद्यालक्ष्म्यै नमः ।।

दक्षिणे (सौभाग्यलक्ष्मीं)- भो सौभाग्यलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ ....

पाद्यं अर्घ्यं ......पुष्पाणि समर्पयामि ॐ सौभाग्यलक्ष्म्यै नमः ।।

नैर्ऋत्यै (अमृतलक्ष्मीं) - भो अमृतलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ ....

पाद्यं अर्घ्यं .....पुष्पाणि समर्पयामि ॐ अमृतलक्ष्म्यै नमः ।।

पश्चिमे (कामलक्ष्मीं)- भो कामलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ ....

पाद्यं अर्घ्यं ....पुष्पाणि समर्पयामि ॐ कामलक्ष्म्यै नमः ।।

वायव्ये (सत्यलक्ष्मीं)- भो सत्यलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ ....

पाद्यं अर्घ्यं ....पुष्पाणि समर्पयामि ॐ सत्यलक्ष्म्यै नमः ।।

उत्तरे (भोगलक्ष्मीं) - भो भोगलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ ....

पाद्यं अर्घ्यं ....पुष्पाणि समर्पयामि ॐ भोगलक्ष्म्यै नमः ।।

ईशाने (योगलक्ष्मीं) - भो योगलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ ....

पाद्यं अर्घ्यं ....पुष्पाणि समर्पयामि ॐ योगलक्ष्म्यै नमः।। पूर्वतर्फबाट षोडश लक्ष्मीको पूजा गर्ने :

पूर्वे - भो सर्वलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरा भव वरदा भव सुप्रसन्ना भव

पाद्यं समर्पयामि ॐ सर्वलक्ष्म्यै नमः, अर्घ्यं समर्पयामि ॐ सर्वलक्ष्म्यै नमः, पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ सर्वलक्ष्म्यै नमः, ॐ इदं लेपनं चन्दनं, सिन्दूरं, अबीरचूर्णं, अक्षतान्, यवान्, तिलान्, पुष्पाणि...... समर्पयामि ।। भनी चढाउने ॥ यस्तै किसिमबाट

आग्नेय - भो विश्वलक्ष्मि इहागच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव वरदो भव समर्पयामि

दक्षिणे - भो भुवनलक्ष्मि ...

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

नैर्ऋत्ये – भो राजलक्ष्मि ... (माथिजस्तै गर्दै मन्त्र, पढ्दै सम्पूर्ण सामाग्री क्रमश चढाउदै जाने)
पश्चिमे – भो मण्डलक्ष्मि...
वायव्ये – भो गृहलक्ष्मि ...
उत्तरे – भो धनलक्ष्मि ...
ईशान – भो धान्यलक्ष्मि ...
पुनः पूर्वे – भो सन्तानलक्ष्मि ...
आग्नेये – भो जयलक्ष्मि ...
दक्षिणे – भो खड्गलक्ष्मि ...
नैर्ऋत्यै – भो वृद्धिलक्ष्मि ...
पश्चिमे – भो धृतिलक्ष्मि ...
वायव्ये – भो ज्ञानलक्ष्मि ...
उत्तरे – भो मोक्षलक्ष्मि ...
ईशाने – भो महालक्ष्मी.... (सबैलाई)
इहागच्छ इह तिष्ठ भन्दै.... ॐ पाद्यं....., ॐ अर्घ्यं ....समर्पयामि ।।
भनी षोडशोपचारले पूजा गर्ने ।

ऐरावतको पूजा गर्ने मन्त्र - (त्यही थालीभित्र)

भो ऐरावत इह आगच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव

आसनं समर्पयामि ॐ ऐरावताय नमः, पाद्यं समर्पयामि ॐ ऐरावताय नमः,
अर्घ्यं जलं समर्पयामि ॐ ऐरावताय नमः,
आचमनीयं समर्पयामि ॐ ऐरावताय नमः,
पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ ऐरावताय नमः,
शुद्धोदकं समर्पयामि ॐ ऐरावताय नमः,
इदं लेपनं चन्दनं समर्पयामि, सिन्दूरं समर्पयामि, अबीरचूर्णं समर्पयामि, अक्षतान् समर्पयामि, यवान् समर्पयामि, तिलान् समर्पयामि, पुष्पाणि समर्पयामि ॐ ऐरावताय नमः ।।

ऐरावतको ध्यान गर्ने मन्त्र : **ऐरावतसमारुढो वज्रपाणिः पुरन्दरः ।**
शचीपतिश्च ध्यातव्यो नानाभरणभूषितः ।।
ध्यानं समर्पयामि ऐरावताय नमः ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

इन्द्रको पूजा गर्ने : **भो इन्द्र इहागच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव ।। आसनं समर्पयामि ॐ इन्द्राय नमः, पाद्यं समर्पयामि ॐ इन्द्राय नमः, अर्घ्यजलं समर्पयामि ॐ इन्द्राय नमः, आचमनीयं समर्पयामि ॐ इन्द्राय नमः, पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ इन्द्राय नमः, शुद्धोदक- स्नानं समर्पयामि ॐ इन्द्राय नमः, इदं लेपनं चन्दनं समर्पयामि, सिन्दूरं समर्पयामि, अबीरचूर्ण समर्पयामि, अक्षतान् समर्पयामि, यवान् समर्पयामि, तिलान् समर्पयामि, ॐ पुष्पाणि समर्पयामि ।। ॐ इन्द्राय नमः**

प्रार्थना - **विचित्रैरावतस्थाय भास्वत्कुलिशपाणये**
पौलोम्यालिङ्खिताङ्काय सहस्राक्षाय ते नमः ।।
ॐ इन्द्राय नमः ।। प्रार्थनां समर्पयामि ।

कुवेरको पूजा गर्ने -

भो कुवेर इह आगच्छ इह तिष्ठ मम पूजां गृहाण यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरो भव सुप्रसन्नो भव आसनं समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः, पाद्यं समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः, अर्घ्यजलं समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः, आचमनीयं समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः, पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः, शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः, इदम् लेपनं चन्दनं समर्पयामि, सिन्दूरं समर्पयामि, अबीरचूर्ण समर्पयामि, अक्षतान् समर्पयामि, यवान् समर्पयामि, तिलान् समर्पयामि, पुष्पाणि समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः

प्रार्थना - **धनदाय नमस्तुभ्यं निधिपद्माधिपाय च ।**
भवन्तु त्वत्प्रसादान्मे धनधान्यादिसम्पदः ।।
प्रार्थनां समर्पयामि ॐ कुवेराय नमः ।।

चन्द्रमाको पूजा गर्ने-

भो षोडशकलात्मक चन्द्र इह आगच्छ इह तिष्ठ यावत् पूजां करोमि तावत्वं सुस्थिरो भव सुसप्रसन्नो भव
आसनं समर्पयामि ॐ चन्द्रमसे नमः,
पाद्यं समर्पयामि ॐ चन्द्रमसे नमः,
अर्घ्यं समर्पयामि ॐ चन्द्रमसे नमः,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

आचमनीयं समर्पयामि ॐ चन्द्रमसे नमः,

पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ चन्द्रमसे नमः,

शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि ॐ चन्द्रमसे नमः,

इदं लेपनं चन्दनं समर्पयामि, सिन्दूरं समर्पयामि, अबीर चूर्ण समर्पयामि अक्षतान् समर्पयामि, यवान्, तिलान्, पुष्पाणि समर्पयामिः ॐ चन्द्रमसे नमः ।।

प्रार्थना – (फूल अक्षता लिने)

नमस्तेऽस्तु निशानाथ लक्ष्मीभ्रात नमोऽस्तु ते ।
व्रतं सम्पूर्णतां यातु त्वत्प्रसादात् निशापते ।।
प्रार्थनां समर्पयामि षोडशकलात्मने ॐ चन्द्राय नमः ।।

धूपबत्ती गर्ने - पहिले धूप डोलाउने मन्त्र :

ॐ गन्धसारसमुद्भूतं कस्तुर्यामोद सम्भवम् ।
सुरासुरनराऽनन्दं धूपं देवि गृहाण मे ।।
धूपं आघ्रापयामि ॐ महालक्ष्म्यादिसर्वेभ्यः पूजितदेवदेवीभ्यो नमः ।।

बत्ती बाली डोलाउने मन्त्र :

मार्तण्डमण्डलाखण्डचन्द्रबिम्वाग्नितेजसम् ।
गृहाण देवि दीपं मे निर्मितं तव भक्तितः ।।
दीपं दर्शयामि ॐ महालक्ष्म्यादिसर्वेभ्यः पूजितदेवेभ्यो नमः ।।

नैवेद्य चढाउने मन्त्र : (पायस, लड्डु, रोटी, मिठाइ)

इदं ब्रह्ममयं दिव्यं नैवेद्यं विविधं शुभम्
मया निवेदितं भक्त्या ईप्सितं देव देहि मे ।।
ॐ देवतालयपातालभूतलाधारधान्यजम् ।
षोडशाकारसम्भारं नैवेद्यं ते नमः सदा ।।
इमानि पक्वान्नमिष्टान्ननैवेद्यानि समर्पयामि
ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।।

आचमनीय जल चढाउने मन्त्र-

ॐ स्नानादिकं विधायापि यतः शुद्धिः प्रजायते ।
एतदाचमनीयं च महालक्ष्मी विधीयताम् ।।
आचमनीयं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

नरिवलको जल र फलफूल चढाउने मन्त्र-

यद्दत्तं परया भक्त्या फलमूलादिकं मया ।
तेन मे सफलावाप्तिर्भवेज्जन्मनि जन्मनि ।।
नारिकेलजलं फलं समर्पयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।।

करोद्वर्तननिमित्त जल चढाउने मन्त्र - (श्रीखण्ड, चन्दन, कस्तूरी मिलाएको जल)

मलयाचलसम्भूतं कस्तूर्या च समन्वितम् ।
करोद्वर्तनकं देवि गृहाण परमेश्वरि ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः करोद्वर्तनं समर्पयामि ।।

पान मसला चढाउने मन्त्र :

पातालतलसम्भूतं वदनाम्भोजभूषणम् ।
मुखशोधनरुपेण ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः ताम्बूलं समर्पयामि ।।

भेटी चढाउने मन्त्र :

हिरण्यगर्भगर्भस्थं हेमबीजं विभावसोः ।
अनन्तपुण्यफलदमतः शान्तिं प्रयच्छ मे ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः दक्षिणाद्रव्यं समर्पयामि ।।

चमर डोलाउने मन्त्र :

शशाङ्करसङ्काशं हिमकर्पूरपाण्डुर ।
प्रोत्सारयाशु दुरितं चामरामरवल्लभ ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः चामरं समर्पयामि ।।

पङ्खा हम्कने मन्त्र :

वर्हिवहं कृताकारं मध्यदण्डसुशोभितम् ।
गृह्यतां व्यजनं देवि देह स्वेदापनुत्तये ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः व्यजनं व्यजयामि ।।

ऐना देखाउने मन्त्र :

दर्शनेन त्वमादर्श नूनं मङ्गलदायक ।
सर्वसौभाग्यसत्कीर्तिनिर्मलज्ञानदो भव ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः आदर्शं दर्शयामि ।।

(आफूसँग भएका गहना सुन असर्फी चाँदी पूजा गर्ने ।)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

जलले प्रदक्षिणा गर्ने : (पूजा गरेका गहना सुन ....लाई)

कायवाङ्मानसं पापं यत्कृतं जन्मजन्मनि ।
तन्मे नाशय देवि त्वं प्रदक्षिणापदे पदे ।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः प्रदक्षिणां समर्पयामि ।।

ध्यान प्रार्थना गर्ने मन्त्र :

नमोऽस्ते तु महामाये श्रीपीठे सुरपूजिते ।
शङ्खचक्रगदाहस्ते महालक्ष्मि नमोऽस्तु ते ।।
नमस्ते गरुडारुढा कोलासुरभयङ्करी ।
सर्वपापहरे देवि महालक्ष्मि नमोऽस्तु ते ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः ध्यानम् समर्पयामि ।।

जप गर्ने- १ माला वा १०८ पटक "**ॐ महालक्ष्म्यै नमः**

जप गरिसकेपछि जल चढाउने मन्त्र :

गुह्यातिगुह्यगोप्त्रीत्वं गृहाणाऽस्मत्कृतं जपम् ।
सिद्धिर्भवतु मे देवि त्वत्प्रसादात् सुरेश्वरि ।।
जपं निवेदयामि ॐ महालक्ष्म्यै नमः । भनी जल चढाउने ।

बत्ती कपूर बाली निराजन गर्ने - १६ वटा पाला अथवा खोरीमा पनि बत्ती तेल हाली पूजा गरिएको लक्ष्मीको वरिपरि राखी निराजन गर्ने बखतमा बाल्ने । अनि निराजन डोलाउने ।

साज्यं च वर्तिसंयुक्तं वह्निना योजितं मया ।
नीराजनं मया दत्तं गृहाण कमले रमे ।।
अन्धकारे स्थिता ये च ये च लोकविवर्जिताः ।
तेषां प्रकाशनार्थाय दीपमालां ददाम्यहम् ।।
नश्यन्तु विपदः सन्तु सम्पदश्च पदे पदे ।
शुभदस्सुखदश्चास्तु सुखरात्रिप्रसादतः ।।
ॐ महालक्ष्म्यै नमः नीराजनं दर्शयामि ।।

पुष्पाञ्जलि लिएर प्रार्थना गर्ने मन्त्र-

क्षीरोदार्णवसम्भूते कमले कमलालये ।
प्रयच्छ सर्वकामान् मे विष्णुवक्षस्थलाश्रये ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ऐरावतसमारुढा कमलासनसंस्थिता ।

प्रसीद मम कार्येषु महालक्ष्मि नमोऽस्तु ते ।

हातमा लगाएको कुशको औँठी (पवित्र) हातमा तिलानी जलसँग लिई भन्ने श्लोक :

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मनावाऽनुसृतः स्वभावात् ।

करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।

मन्त्र पढी जल छोड्ने, हात जोड्ने समाप्त गर्ने ।।

क्षमायाचना गर्दा भन्ने श्लोक :

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।

पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वरि !

मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वरि

यत्पूजितं महादेवि परिपूर्ण तदस्तु मे !

वैदिक मन्त्र : **ॐ पूर्णमदः पूर्णमिद पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।**

पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ।।

ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ।

२१:४ गोरुतिहार

कार्तिक शुक्ल प्रतिपदा तिथिको दिन गोरूतिहार चाड पर्दछ । कृषि उत्पादनमा मानिसलाई गोरू नभई नहुने प्राणी हो । विभिन्न किसिमले जस्तैः खेतबारी जोत्न, वयलगाडा चलाउन, गोरूको मद्दत लिइन्छ । मलखाद अति नै उपयोगी मानिन्छ । गोरूको गोबरबाट उब्जेको अन्न, फल, तरकारी सबैभन्दा पोसिलो, स्वादिलो र स्वस्थकर हुन्छ । भगवान् शङ्करले पनि आफ्नो वाहन गोरू नै बनाउनुभएको थियो । त्यसैले कैलाशमा पनि पूज्य छ । यस दिन गोरूगोठमा गोबरको कुण्ड बनाई गोवर्द्धन पर्वतको प्रतीकस्वरूप पूजा गरिन्छ । हलोलाई पनि सफा गरी अन्नको बीजारोपण साधन स्वरूप पुजिन्छ । त्यसरी नै गोरूलाई पनि सफा गराई खुर, सिङ, जुरो, शिर, माली आदि अङ्गहरूमा तेल लगाई चामलको पिठो, अबिर, केशरी, फूलमालाद्वारा सिङ्गारेर शक्ति प्राप्ति स्वरूप नुनका डल्ला, तेल, घ्यू, खुदो आदि र अन्य मिष्ठान्न परिकार खुवाइन्छ । गोरूको पुच्छरद्वारा तिलानीले जलले

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

आफ्नो शरीरमा अभिषेक सेचन गरिन्छ। यसै दिन तोरण (हरियो खरको डोरी) बाटेर गोवर्द्धन पूजासँगै सिङ्गारेर पूजा गरी, नदी, मूलबाटो वा गोरेटो बाटो पार गराई बाँध्ने परम्परा पनि लोकप्रिय छ।

२१:५ भ्रातृपूजा (भाइतिहार/भाइटीका)

कार्तिक शुक्लपक्ष द्वितीया तिथिको दिनमा भाइतिहार पर्दछ। यस दिन दयाका खानी दिदीबहिनीको हातबाट मृत्यु देवताको विधिपूर्वक पूजा गरी आफ्ना दाजुभाइलाई अकाल मृत्युबाट जोगाउन अर्थात् आयुवृद्धि र सुस्वास्थ्यका लागि भाइटीका लगाउँदै आएका छौँ। त्यसैले यो दिन भातृद्वितीया नामले पनि चिनिन्छ। कहिल्यै फुर्सद नहुने यमराजले पनि बहिनी यमुनाको आतिथ्य स्वीकार गरी पाँच दिनसम्म स-सम्मान किसिमले उनकै घरमा बसेर आजको दिन बहुरङ्गी टीका लगाएका थिए। बहिनीले दाजुलाई टीका लगाइदिएपछि "आजको दिन जसले आफ्ना दिदीबहिनीको आतिथ्यलाई स्वीकार गरी बहुरङ्गी टीका लगाउँदछ त्यो अकाल मृत्युबाट बचोस्" भनी वर मागिन्। दाजु यमराजले बहिनीको यस मागलाई पूरा गरिदिए पछि मात्र भाइटीका वा भाइतिहार भनी सुरू भएको हो भन्ने कथा प्रसङ्ग पाइन्छ।

दिदीबहिनीहरू नहुनेले काठमाडौँको रानीपोखरीको मध्यभागमा अवस्थित आजको दिनमात्र खुल्ला गरिने भ्रातेश्वर महादेवको मन्दिरमा गएर टीका लगाउने चलन पनि छ। आफूले अन्य कन्या वा महिलाको हातबाट टीका लगाइन्छ भने उनलाई सधैं सम्पर्कमा राख्नु/रहनु, आफ्नै दिदीबहिनी सरह माया आदर सम्मान गर्नु, उनका सन्तान र आफ्ना सन्तान बीचमा पनि नातासम्बन्ध कायम राख्नु, विवाह नगर्नु नगराउनु राम्रो हुन्छ।

भाइतिहारमा प्रयोग गरिने टीकाको रङ र मखमली मालाको पनि आफ्नै विशेषता छ। रातो, सेतो, पहेँलो, हरियो र नीलो रङले क्रमशः मङ्गल, शान्ति, दीर्घजीवी, निरोगी र बुद्धिजीवी भनी जनाउँदछ भने मखमलीको मालाले कुनै पनि समयमा मलिन नभई निस्तेज नभई सधैँ एकनास उज्ज्वल, तेजिलो र दीर्घायु होस् भन्ने बुझाउँछ। उपर्युक्त प्रसङ्ग पद्मपुराणमा विस्तृत व्याख्या गरिएको छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

भातृपूजाविधि

दिदीबहिनीले दाजुभाइलाई टीका लगाइदिनुपूर्व यसरी पूजा गर्नुपर्दछ । दियो बाली, आचमन गर्ने र दीपनारायणको प्रार्थना नमस्कार गर्ने कर्मपात्र बनाई कुशको टुक्रा राख्ने, कुशको तीन टुक्रा हातमा लिएर निम्न मन्त्र पढी शुद्धी गरी हातको जल-कुशद्वारा चारैतिर र आफूतिर गरी छर्कने ।

पञ्चपात्र, फूल, फल, नैवेद्य, टीका, चन्दन, अगरबत्ती, दीपज्योति तयार गरी राख्ने (मनमनै गायत्री मन्त्र वा मनले चाहेका अन्य मन्त्रहरू मानसिक जप गर्न सकिन्छ)

शुद्धि गर्ने : बाँया हातमा जल राख्ने दाँया हातले ढाक्ने र तलको मन्त्र पढेर जललाई दाँया हातले शरीरमा, पूजा आसनमा अभिषेक(छर्कने) गर्ने।

मन्त्र - **ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।**
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः।।

टीका लगाउने : बायाँ हातमा चन्दन वा भष्म राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै चलाउने र पढ्दै निधारमा लगाई हात धुने । आफ्नो निधार खाली गरेर पूजा कहिल्यै नगर्नु ।

मन्त्र - **ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।**
ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीयमामृतात् ।।

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।
आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने
चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएको कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने ।

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।
ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः
ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!
(धेरै कलश भएमा कलशअनुसार देवताको नाम लिने)

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)
गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।
उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :
ॐ गणनान्त्वागणपति ꣳ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ꣳ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ꣳ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने) **आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि ।** (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना- **वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !**
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषुसर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

शङ्खघण्टको पूजा-
ॐ भूर्भुवः स्वः घण्टस्थिताय गरुडाय नमः ॐ शङ्खाय नमः
आफूसँग भएका सबै सामग्रीहरू शंख र घण्टमा अर्पण गर्ने। शङ्खमा (भएमा दायाँ उत्तम) जल, जौ, तिल, कुश, तुलसीपत्र राखेर हातले ढाक्ने र गायत्रीमन्त्र (**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।**) भन्ने, शङ्खको जलद्वारा कुल - पितृलाई सम्झेर तर्पण दिने (दायाँहातको बूढी औंलातिरबाट दक्षिण फर्केर)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ पितृभ्यो जलार्पणम् ।३। **ॐ कुलदेवाय जलार्पणम् ।३।**
ॐ इष्टदेवताभ्यो जलार्पणम् ।३। सेता, पहेँला फूल...... अर्पण गर्ने ।
ॐ गुरुभ्यो जलार्पणम् (३) (गुरू स्वर्गवास भएको भएमा मात्र)

मङ्गलाचरण–

(अगरबत्ती बालेर फूल, चन्दनसहित हातमा लिई नहल्लाउने र निम्न भगवान्हरूका नाम स्मरण गर्ने)

१. **ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः।** २. **ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः।**
३. **ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः।** ४. **ॐ वाणीहिरण्यगर्भाभ्यां नमः।**
५. **ॐ शचीपुरन्दराभ्यां नमः।** ६. **ॐ मातापितृचरणकमलेभ्यो नमः।**
७. **ॐ पितृभ्यो नमः।** ८. **ॐ कुलदेवताभ्यो नमः।**
९. **ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः।** १०. **ॐ ग्रामदेवताभ्यो नमः।**
११. **ॐ वास्तुदेवताभ्यो नमः ।** १२. **ॐ स्नानदेवताभ्यो नमः।**
१३. **ॐ एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः।** १४. **ॐ नागनागादिभ्यो नमः।**
१५. **ॐ सर्वेभ्यो देवीदेवताभ्यो नमः।** १६. **ॐ सर्वेभ्यो गुरुभ्यो नमः।**

धूपम् आघ्रापयामि । धूप धुपौरोमा राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै तीन पटकसम्म वरिपरि जल घुमाउने अथवा प्रदक्षिणा गर्ने ।

प्रदक्षिणा– **यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिण पदे पदे !
नैवेद्यं निवेदयामि !! शुद्धोदकं जलं समर्पयामि !!!
(तुलसी पत्रसहितको नैवेद्य अर्पण गर्ने)

आफ्ना कुल पितृको सम्मान गरेपछि हात धोएर भातृपुजनको लागि दाजुभाइ भएतिर फर्कनु ।

कुशको टुक्रासहित जल सङ्कल्प गर्ने

हरि ॐ तत्सत् ! विष्णुः विष्णुः विष्णुः अद्येह ..... (गोत्र) ..... (नाम) ..... (सबैले मम) परस्परं भ्रातृभगिन्योः स्नेहग्रन्थिशुद्धीकरणार्थ आयुरारोग्यैश्वर्य प्राप्तिकामा भ्रातृपूजनकर्माङ्गत्वेन दीपकलशगणेश पूजनपूर्वक यमयमुना यमदूतानाम् अष्टचिरञ्जीवीनां च यथा पूजनमहं करिष्ये ।। (जल भुइँमा छोड्ने) अष्टदल लेखिएको तामाको थाली वा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सादा थालीमा अष्टदल बनाई बीचमा यमलाई आवाहन गर्ने –

भो यम इह आगच्छ इह तिष्ठ यावत् पूजा करोमि तावत् त्वं सुस्थिरो भव, सुप्रसन्नो भव (आफूसँग भएका सामग्री चढाउँदै) **आसनं, पाद्यं, अर्घ्यं, पुनराचमनीयं, पञ्चामृततं, वस्त्रं, यज्ञोपवीतं, चन्दनं, सिन्दूरं, अबीर चूर्ण, अक्षतान्, यवान्, तिलान्, पुष्पाणि समर्पयामि ॐ यमाय नमः ।**

धर्मराज ! नमस्तुभ्यं नमस्ते यमुनाऽग्रज ।
पाहिं मा किङ्करैः सार्द्ध सूर्यपुत्र नमोऽस्तु ते ।।
स्तुतिं समर्पयामि ॐ यमाय नमः ।

एवम् प्रकारले यमुनालाई सम्झेर पूजा गर्ने

.... (सामग्रीहरू जे छ) **समर्पयामि ॐ यमुनायै नमः**

नमस्कारं समर्पयामि ॐ यमुनायै नमः

यमदूतहरुको सम्झना गरी पूजा गर्ने

.... **समर्पयामि ॐ यमदूतेभ्यो नमः**

.... **नमस्कारं समर्पयामि ॐ यमदूतेभ्यो नमः ।**

यमुनाको पारिचालिकाको सम्झना गरी पूजा गर्ने

.... **समर्पयामि ॐ यमुनापरिचारिकायै नमः**

.... **नमस्कारं समर्पयामि ॐ परिचारिकायै नमः ।**

सूर्यको सम्झना गरी पूजा गर्ने

.... **समर्पयामि ॐ सूर्याय नमः**

.... **नमस्कारं समर्पयामि ॐ सूर्याय नमः ।**

अष्ट चिरञ्जीवीको सम्झना गरी पूर्वबाट दायाँ आठ कोणमा र बीचमा मार्कण्डेयको स्मरण गरी सबै पूजा सामग्रीले पूजा गर्ने .... (सेतो कपडामा वा थालीमा)

.... **समर्पयामि ॐ अष्टचिरञ्जीवीभ्यो नमः**

.... **नमस्कारं समर्पयामि ॐ अष्टचिरञ्जीवीभ्यो नमः**

प्रत्येक दाजुभाइको अलगअलग नामबाट ढोकामा मनोकामना सहित ओखर फुटाउने तर त्यो नखाने, कतैकतै घरको मूलढोकामा फोरेका ओखरलाई धुरी कटाउने प्रचलन पनि छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

दिदीबहिनीले तेल र पानीको धारा हाल्दै दाजुभाइको वरिपरि घुमी टीका लगाउन सुरू गर्ने ।

दाजुभाइले टीका लगाइसकेपछि उपहार, मिष्ठान्न दिदीबहिनीबाट लिने र आफूले पनि यथाशक्य उपहार, दक्षिणा टक्रयाउँदै ढोग गर्ने । अन्त्यमा, नमस्कार, क्षमायाचना गर्दै समापन गर्ने ।

२२. कुष्माण्डनवमी

कार्तिक शुक्ल पक्ष नवमी तिथिमा पर्ने यो पर्व सत्ययुगको प्रारम्भ भएको दिन हो । यस दिन भगवान् श्रीविष्णुले कुष्मा नाम गरेको दैत्यलाई मार्नुभएको थियो र त्यही दैत्यको रौंबाट कुभिण्डो उत्पन्न भएको हो भन्ने कथा प्रसङ्ग पाइन्छ । त्यही कारणले कुष्माण्ड (कुभिन्डो) बलिमा पनि चढेको छ ।

यस दिन कुभिण्डोलाई सफा गरी पूजास्थानमा राखी पूजा सामग्रीद्वारा पूजा गरी सिङ्गारेर पहेँलो वस्त्र, सुवर्ण वा पहेँलो सिक्का, गहुँ, आदि सामग्रीहरूलाई पहेँलो कपडाले ढाकेर "**ॐ दामोदर सहितकुष्माण्डाय नमः**" भन्ने मन्त्र पढ्ने सम्भव भएमा सङ्कल्प गरी ब्राह्मणलाई दिनु र दान दक्षिणा गर्नू । सम्भव नभएमा दक्षिणा, फलफूल, प्रसादसहित कसैलाई श्री कृष्णार्पणमस्तु भन्दै अर्पण गर्नु ।

२३. शतबीज चतुर्दशी

मार्ग कृष्णपक्ष चतुर्दशी तिथिमा पर्ने यो दिन शतबीज चतुर्दशी अर्थात् बालाचतुर्दशीका रूपमा प्रसिद्ध छ । यस दिन नजिकका तीर्थ नदी वा कुण्डहरूमा स्नान गरी देवस्थलको परिक्रमा गरी देवताहरूको दर्शनसँगै शतबीज छर्ने गरिन्छ ।

यसरी सतबीज छर्नाले आफूलाई जन्ममरणको भय हुँदैन भने आफ्ना कुल पितृहरू तृप्ति भई खुसी हुँदै आशीर्वाद दिन्छन् । पितृहरूको आशीर्वादले परिवारमा सुख, शान्ति, समृद्धि रहन्छ भन्ने विश्वास छ । यस दिन पावन पुण्य क्षेत्रहरूमा सप्तधान्य छर्दा एउटा अन्नको दाना बराबर एक रती सुन छरेको फल प्राप्त हुन्छ भन्ने कथन प्रचलित छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

२४. पौष आदित्यवार र सूर्यपूजा

सामान्यतया प्रत्येक महिनाको पहिलो आदित्यवार अर्थात् आइतबार मध्यान्ह समयमा पूर्व फर्केर सूर्य नारायणको पूजा दीप, कलश, गणेश सहित गर्नुपर्दछ भन्ने शास्त्रमा पाइन्छ तापनि पौष महिनाको पहिलो आइतबार यस पूजाको विशेष महत्त्व राख्दछ। एक वर्षभरि यस किसिमको पूजा गर्न चाहनेहरूले पनि यसै दिनबाट शुभारम्भ गर्दा राम्रो हुन्छ। यस दिन विशेष गरेर श्री सूर्यनारायणलाई करवीरको फूल, पात चढाउनुपर्दछ। यस दिन १२ सुते बत्ती १२ जोर बाल्नु १२ थरी फलका नैवेद्य लगाउनु, १२ जोर रातो फूल चढाउनु पर्दछ। यस दिन मांस, मदिरा, नुन, तेल, मह, प्याज, लसुन, अशुद्ध मानिएका खानेकुरा नखानु उत्तम हुन्छ। पति-पत्नीले ब्रह्मचर्य नियमको पालना अनिवार्य गर्नुपर्दछ। श्री सूर्यनारायणको पूजाविधिअनुसार पूजा गर्नुपर्दछ। यसरी श्री सूर्यनारायणको पूजा-अर्चना गर्नाले रोग र दरिद्रता नाश भई सुख, शान्ति, समृद्धि प्राप्त हुन्छ। पुत्रको चाहना भएकाहरूलाई पुत्रप्राप्ति र भइसकेका सन्तान तेज, बुद्धिमान, निरोगी, कुलका ज्योति, शक्तिशाली हुन्छन् भन्ने विश्वास रहि आएको छ।

नवग्रहहरूमध्ये मुख्य वा शक्तिशाली ग्रहका रूपमा श्री सूर्यनारायण चिनिन्छिन्। आठवटा ग्रहहरूलाई वरिपरि राखेर बीच भागमा रक्तस्वरूप सूर्य रहेका हुन्छन्। श्री सूर्यनारायणको व्रत/उपासना गर्ने महिना पुस र बार आइतबार मानिन्छ भने सबैभन्दा उत्तम तिथि पौष रविसप्तमी हो। सूर्यव्रत बाह्र महिना वा बाह्र वर्षसम्म पनि गरिन्छ। सूर्य १२ नामले अर्थात् द्वादशादित्य भनेर चिनिन्छन्। त्यसैले १२ सुते बत्ती पनि बालिन्छ। श्री सूर्य कश्यप गोत्र, रक्त वर्ण र सिंह स्वामी भएका देव हुन्। यिनलाई सबैभन्दा मन पर्ने वा नभई नहुने सामग्री रातो रङ (फूल, अक्षता, फल, चन्दन, अबीर) हुन्। फूलहरूमा सबैभन्दा उत्तम आँकको फूल चढाउँदा सुनको असर्फीसरह फल पाइन्छ भने कनेर, बेलपत्र, पद्म, कुश, नीलकलम उत्तम मानिन्छन्। धतुरो, काँची, अपराजिता फूल चढाउनु हुँदैन।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सूर्यका महिनापिच्छे नै छुट्टाछुटै नाम छन्, व्रतालुले नामअनुसार उच्चारण गरी पूजा गर्नुपर्दछ ।

महिना	**सूर्यका नाम**	**बस्ने राशि**	**खानुपर्ने कुरा**
माघ	अरूण	मकर	तिल ।३।
फागुन	सूर्य	कुम्भ	दूध ।३।
चैत	वेदाङ्ग	मीन	दही ।३।
वैशाख	भानु	मेष	गाइको गोबर ।३।
जेठ	इन्द्र	वृष	पानी। ३।
असार	रवि	मिथुन	मरिच ।३।
साउन	गभस्ती	कर्कट	चाकु ।३।
भाद्र	यम	सिंह	गहुँत ।३।
असोज	सुवर्ण	कन्या	केरा ।३।
कार्तिक	दिवाकर	तुला	केही पनि नखानु
मङ्सिर	मित्र	वृश्चिक	फलाहार ।३।
पुस	विष्णु	धनु	घिउ । (३≠मुठी/दाना)

पञ्चपात्र, फूल, फल, नैवेद्य, टीका, चन्दन, अगरबत्ती, दीपज्योति तयार गरी राख्ने (मनमनै गायत्री मन्त्र वा मनले चाहेका अन्य मन्त्रहरू मानसिक जप गर्न सकिन्छ ।

पूजा विधिः शुद्धि गर्ने- बायाँ हातमा जल राख्ने दायाँ हातले ढाक्ने र तलको मन्त्र पढेर जललाई दाँया हातले शरीरमा, पूजा आसनमा अभिषेक(छर्कने) गर्ने ।

मन्त्रः **ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थाङ्गतोऽपि वा ।**
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ।।

टीका लगाउने : बाँया हातमा चन्दन वा भष्म राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै चलाउने र पढ्दै निधारमा लगाई हात धुने । आफ्नो निधार खाली गरेर पूजा कहिल्यै नगर्नु ।

मन्त्र - **ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् ।**
ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीयमामृतात् ।।

संकल्पः (हातमा कुश-तिलानी लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** ......

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्नः** (आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री) ..... **नामाहं मम कायिक वाचिक मानसिक सांसर्गिक ज्ञाताज्ञात सकलदोषपरिहारार्थं श्रुतिस्मृतिपुराणोक्त फलप्राप्तये श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं** (आफूले पूजा गर्न लागेको भगवान्को नाम) ... ... **देवपूजनं करिष्ये।** (जल छोड्ने ।)

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने :)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।
आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने
चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएको कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने ।

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।
ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः
ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!
(धेरै कलश भएमा कलशअनुसार देवताको नाम लिने)

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)

गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।
उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :

ॐ गणनान्त्वागणपति ꣳ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ꣳ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ꣳ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने) **आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि ।** (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना– **वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !**
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषुसर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

शङ्खघण्टको पूजा–

ॐ भूर्भुवः स्वः घण्टस्थिताय गरुडाय नमः ॐ शङ्खाय नमः आफूसँग भएका सबै सामग्रीहरू शंख र घण्टमा अर्पण गर्ने । शङ्खमा (भएमा दायाँ उत्तम) जल, जौ, तिल, कुश, तुलसीपत्र राखेर हातले ढाक्ने र गायत्रीमन्त्र (**ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ।**) भन्ने, शङ्खको जलद्वारा कुल - पितृलाई सम्झेर तर्पण दिने (दायाँहातको बूढी औंलातिरबाट दक्षिण फर्केर)

ॐ पितृभ्यो जलार्पणम् ।३। **ॐ कुलदेवाय जलार्पणम् ।३।**
ॐ इष्टदेवताभ्यो जलार्पणम् ।३। सेता, पहेँला फूल...... अर्पण गर्ने ।
ॐ गुरुभ्यो जलार्पणम् (३) (गुरू स्वर्गवास भएको भएमा मात्र)

मङ्गलाचरण–

(अगरबत्ती बालेर फूल, चन्दनसहित हातमा लिई नहल्लाउने र निम्न भगवान्हरूका नाम स्मरण गर्ने)

१. **ॐ श्रीमन्महागणाधिपतये नमः।** २. **ॐ लक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः।**
३. **ॐ उमामहेश्वराभ्यां नमः।** ४. **ॐ वाणीहिरण्यगर्भाभ्यां नमः।**
५. **ॐ शचीपुरन्दराभ्यां नमः।** ६. **ॐ मातापितृचरणकमलेभ्यो नमः।**
७. **ॐ पितृभ्यो नमः।** ८. **ॐ कुलदेवताभ्यो नमः।**
९. **ॐ इष्टदेवताभ्यो नमः।** १०. **ॐ ग्रामदेवताभ्यो नमः।**
११. **ॐ वास्तुदेवताभ्यो नमः ।** १२. **ॐ स्नानदेवताभ्यो नमः।**
१३. **ॐ एतत्कर्मप्रधानदेवताभ्यो नमः।** १४. **ॐ नागनागादिभ्यो नमः।**
१५. **ॐ सर्वेभ्यो देवीदेवताभ्यो नमः।** १६. **ॐ सर्वेभ्यो गुरुभ्यो नमः।**

धूपम् आघ्रापयामि । धूप धुपौरोमा राख्ने र तलको मन्त्र पढ्दै तीन पटकसम्म वरिपरि जल घुमाउने अथवा प्रदक्षिणा गर्ने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

प्रदक्षिणा- **यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।**
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिण पदे पदे !
नैवेद्यं निवेदयामि !! **शुद्धोदकं जलं समर्पयामि** !!!
(तुलसी पत्रसहितको नैवेद्य अर्पण गर्ने)

आफ्ना कुल पितृको सम्मान गरेपछि हात धोएर देवपूजनको लागि देवताहरूको फोटो भएतिर फर्कनु । आफूले पूजा गर्ने भगवान्हरूलाई निम्न मन्त्र पढी आह्वान गर्ने र यथा सामग्री, मन्त्र र आफ्नो समय परिस्थितिअनुसार आफूले तयार पारेर सोही विधिअनुसार क्रमशः सबै देवताहरूलाई पूजा गरी धूप, दीप, नैवेद्य, आरती अर्पण गरी अन्त्यमा क्षमायाचना गर्नु । सबै देवताहरूको पूजा गर्ने मन्त्र र विधिहरू यसै पुस्तकमा समावेश छन् । पञ्चाङ्ग देवता पूजा गर्नेहरूले तालिकाअनुसार राखी पूजा गर्नु । अथवा अलग अलग देवताको नाम उच्चारण गर्दै सामग्री चढाउँदै मन्त्र, श्लोक, प्रार्थना गर्दा पनि राम्रो हुन्छ जस्तैः

ॐ श्रीभगवते साम्बसदाशिवाय नमः ! ....**समर्पयामि** ।
(शिव, पार्वती, नन्दी, बाघ, त्रिशूल, तक्षक नाग, तथा सकल शिवपरिवार)

ॐ श्रीलक्ष्मीनारायणाभ्यां नमः................. **समर्पयामि** ।
(विष्णु, लक्ष्मी, गरूड, मयूर, शङ्ख, चक्र, शेषनाग तथा सकल विष्णु परिवार)

ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः.......................**समर्पयामि** ।
(पत्नी पिङ्गला, घोडा, पुत्रः शनि, वायु तथा सकल सूर्य परिवार)

ॐ श्रीजगदम्बिकायै दुर्गादेव्यै नमः .... **समर्पयामि** ।
(नवदुर्गा, भैरव, देवीगण, बाघ, त्रिशुल तथा सकल देवि परिवार)

ॐ श्री ऋद्धिसिद्धिसहिताय श्रीमन्महागणाधिपतये नम !.....**समर्पयामि** ।
(कुमार, मुसो तथा सकल गणेश परिवार)

संकल्पः (हातमा तिलानी जल कुशसँग लिने) **ॐ विष्णुः विष्णुः विष्णुः** (आफ्नो गोत्र भन्ने) **गोत्रोत्पन्न**..... (आफ्नो राशिको नाम पत्नी, पुत्र, पुत्री) ... .. **नामाहं मम सर्वदारोग्यलाभार्थं च दीप-कलश-गणपति-पूजनपूर्वकं श्रीसूर्यस्य सपरिवारस्य यथा मिलितोपचारेण पूजनं अहं करिष्ये ।** (जल छोड्ने ।)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अष्टदल अङ्कित तामाको थालीको बीचमा सूर्यनारायणको प्रतिमा राखी तलको मन्त्र पढ्दै आह्वान गर्ने

आगच्छ भगवन् ! देव ! स्थाने चात्र स्थिरो भव ।
यावत् पूजां करिष्येऽहं तावत् त्वं सन्निधौ भव ।।
श्री सूर्यनारायणाय नमः आवाहनार्थे पुष्पं समर्पयामि ।

सोही प्रकारले पूर्व दिशातिरबाट दक्षिण हुँदै सबै सामाग्रीले द्वार पूजा गर्ने।

पूर्वद्वार ॐ विघ्नाय नमः ॐ महालक्ष्म्यै नमः ॐ सरस्वत्यै नमः
दक्षिण द्वार ॐ पिङ्गलाय नमः
पश्चिम द्वार ॐ दण्डाय नमः
उत्तर द्वार ॐ चण्डाशवे नमः

श्री सूर्यनारायणको ध्यान गर्ने मन्त्र :

ध्येयः सदा सवितृमण्डलमध्यवर्ती,
नारायणः सरसिजासनसन्निविष्टः।।
केयूरवान्मकरकुण्डलवान् किरीटी-
हारी हिरण्मयवपुर्धृतशङ्खचक्रः ।।
ॐ विष्णवे नमः ॐ विष्णवे नमः ॐ विष्णवे नमः
मन्त्रसहित जलं समर्पयामि (उठेर पूर्वतिर फर्केर)

सूर्यका १२ नाम सम्झेर अक्षता-फूल चढाउँदै साष्टाङ्ग प्रणाम गर्नु,

ॐ मित्राय नमः	**ॐ रवये नमः**	**ॐ सूर्याय नमः**
ॐ भानवे नमः	**ॐ खगाय नमः**	**ॐ पुष्णे नमः**
ॐ हिरण्यगर्भाय नमः	**ॐ मरीचये नमः**	**ॐ आदित्याय नमः**
ॐ सवित्रे नमः	**ॐ अर्काय नमः**	**ॐ भास्कराय नमः**

श्री सूर्यनारायणलाई अर्घ्य दिँदा भन्ने मन्त्र :

ॐ एहि सूर्य ! सहस्रांशो ! तेजोराशे ! जगत्पते !
अनुकम्पय मां भक्त्या गृहाणार्घ्यं दिवाकर !

सूर्यप्रार्थना (हातमा फूल अक्षता)

प्रातः स्मरामि खलु तत्सवितुर्वरेण्यम् ।
रुपम् हि मण्डलमृचोऽथ तनुर्यजूंषि ।।
सामानि यस्य किरणाः प्रभावादिहेतुम् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ब्रह्माहरात्मकमलक्ष्यमचिन्त्यरुपम् ।।

श्रीसूर्यनारायणाय गन्धाक्षतपुष्पाणि समर्पयामि ।

सूर्यस्तोत्रम्

श्री गणेशाय नमः । साम्ब उवाच

आदिदेव नमस्तुभ्यं प्रसीद मम भास्कर ।
दिवाकर नमस्तुभ्यं प्रभाकर नमोऽस्तु ते ।१।
सप्ताश्वरथमारुढं प्रचण्डं कश्यपात्मजम् ।
श्वेतपद्मधरं देवं तं सूर्य प्रणमाम्यहम् ।२।
लोहितं रथमारुढं सर्वलोकपितामहम् ।
महापापहरं देवं तं सूर्य प्रणमाम्यहम् ।३।
त्रैगुण्यं च महाशूरं ब्रह्माविष्णुमहेश्वरम् ।
महापापहरं देवं तं सूर्य प्रणमाम्यहम् ।४।
बृहितं तेजःपुम्जञ्च वायुराकाशमेव च ।
प्रभुस्त्वं सर्वलोकानां तं सूर्य प्रणमाम्यहम् ।५।
बन्धुकपुष्पसंकाशं हारकुण्डलभूषितम् ।
एकचक्रधरं देवं तं सूर्य प्रणमाम्यहम् ।६।
तं सूर्य विश्वकर्तारं महातेजःप्रदीपनम् ।
महापापहरं देवं तं सूर्य प्रणमाम्यहम् ।७।।
तं सूर्य जगतां नाथं ज्ञानविज्ञानमोक्षदम् ।
महापापहरं देवं तं सूर्य प्रणमाम्यहम् ।८।
सूर्याष्टकं पठेन्नित्यं ग्रहपीडाप्रणाशनम् ।
अपुत्रो लभते पुत्रम् दरिद्रो धनवान्भवेत् ।९।।
आमिषं मधुपानं चः य करोति रवेर्दिने ।
सप्तजन्म भवेद्रोगी जन्मजन्मदरिद्रता ।१०।
स्त्रीतैलमधुमांसानि यस्त्यजेत्तु रवेर्दिने ।
न व्याधिशोकदारिद्रयं सूर्यलोकं स गच्छति ।११।
इति शिवप्रोक्तं सूर्याष्टकं समाप्तम् ।

शिवजीले भन्नुभयो- हे आदिदेव ! हजुरलाई नमस्कार छ। हे भास्कर म देखि प्रसन्न हुनुहोस् हे दिवाकर हे प्रभाकर हजुरलाई

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

नमस्कार छ ।१। सातघोडे रथमा चढेका कश्यपकापुत्र सेतो कमल लिने प्रचण्डस्वरूप हे सूर्यनारायण म हजुरलाई साष्टाङ्ग प्रणाम गर्दछु ।२। रक्तवर्ण रथमा चढेका सबैका पितामह महापापहारी सूर्यनारायणलाई म प्रणाम गर्दछु ।३। सत्त्व, रज, तम, त्रिगुणमुक्त महावीर ब्रह्मा विष्णु महेश्वरस्वरूप महापापसमेत नाश गर्ने हजुरलाई नमस्कार गर्दछु ।४। विशालरूप तेजपुञ्ज तथा वायु र आकाश स्वरूप भएका सर्वलोकका स्वामी हजुरलाई नमस्कार गर्दछु ।५। दो पहरिया फूलजस्तो स्वरूप भएका हार कुण्डलले सुशोभित एकचक्रधारी हजुरलाई प्रणाम गर्दछु ।६। संसार सृष्टिकारक महातेजका उद्दीपक महापापहारी सूर्यनारायणलाई नमस्कार गर्दछु ।७। जगतका मालिक ज्ञान विज्ञान र मोक्ष समेत दिने ठूला ठूला पापलाई नाश गर्ने हजुरलाई प्रणाम छ ।८। ग्रह पीडा नाश गर्ने यो सूर्याष्टकलाई सधैं पाठ गऱ्यो भने अपुत्रले पुत्र र दरिद्रले धन पाउँदछ ।९। आदित्यवारमा आमिष खाने, मद्यपान गर्ने मानिस सात जन्मसम्म रोगी र धेरै जन्मसम्म दरिद्र हुन्छ ।१०। आदित्यावारमा स्त्री, तेल, मद्य, मांसलाई जसले त्यागदछ, त्यो रोगी दरिद्री र शोकयुक्त नभई अन्त्यमा सूर्यलोक पुग्दछ ।

श्री सूर्याष्टक्रम पाठ महिनामा वा वर्षमा १ पटक भए पनि गर्नू । (नोटः यदि अन्य देवता सँगसँगै सूर्यलाई पूजा गर्दा यसरी गर्दा हुन्छ तर विशेष रूपले सूर्यलाई मात्र गरिन्छ भने अन्य देवताको पूजन पछि अर्को दीयोमा १२ सुते बत्ती तिलको तेलमा बाली, छुट्टै कलश राखी पुनः पूजा गरी धुप बत्ती पाठ गर्नु । अन्त्यमा इष्ट देवता थाहा भएमा पूजा गर्नु र आरती क्षमायाचना साथ समापन गर्नु राम्रो हुन्छ । श्रीसूर्यनारायणको विशेष पूजा गर्नेहरूले चाहेमा माथिको सामान्य पूजा पछि पुन तलको विधिद्वारा सुरू गर्नु)

विशेष पूजाविधि :

अर्घ जल चढाउने मन्त्र :

अर्घ्य तोयं समानीतं गन्धपुष्पादिवासितम् ।
अर्घ्यगृहाण देवेश प्रीत्यर्थ मे सदा प्रभो ।
अर्घ्य जलं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

शुद्ध जल चढाउँदा भन्ने मन्त्र :

उच्छिष्ठोऽप्यशुचिर्वाऽपि यस्य स्मरणमात्रतः ।
शुद्धिमाप्नोति तस्मै ते पुनराचमनीयकम् ।।
शुद्धजलं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

पञ्चामृतले स्नान गराउँदा भन्ने मन्त्र :

दधि दुग्धं मधु सर्पिः शर्करां च तथा प्रभो ।
समर्पयामि देवेश प्रीत्यर्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
पञ्चामृतं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

स्नान गराउँदा भन्ने मन्त्र :

गङ्गा सरस्वती तापी पयोष्णी नर्मदार्कजा ।
तज्जलैः स्नापितो देव तेन शान्तिम् कुरुष्व मे ।।
स्नानीयं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

वस्त्रधारण गराउँदा भन्ने मन्त्र :

शीतवातोष्णत्राणं च परलज्जानिवारणम् ।
सुवेषं धारितं यस्माद्वाससि प्रतिगृह्यताम् ।
वस्त्रं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

यज्ञोपवीत धारण गराउँदा भन्ने मन्त्र :

ब्रह्मणा निर्मितं सूत्रं विष्णुग्रन्थिसमन्वितम् ।
इदं यज्ञोपवीतं च गृह्यतां जगदीश्वर ।।
यज्ञोपवीतं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

चन्दन अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

मलयाचलसम्भूतं शीतमानन्दवर्द्धनम् ।
काश्मीरधनसाराढ्यं चन्दनं प्रतिगृह्यताम् ।।
चन्दनं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

सिन्दूर अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

उद्यदादित्यसंकाशं स्त्रीणां सीमन्तभूषणम् ।
वीरालङ्करणं दिव्यं सिन्दूरं प्रतिगृह्यताम् ।।
सिन्दूरं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अबीर चढाउँदा भन्ने मन्त्र :

नानापरिमलद्रव्यैर्निर्मितं चूर्णमुत्तमम् ।
आरक्तनामकं दिव्यं गन्धिचारु प्रगृह्यताम् ।।
अबीरचूर्णं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः।।

अक्षता अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

अक्षताश्च सुरश्रेष्ठ कुंकुमेन च रञ्जितान् ।
मया निवेदितान् भक्त्या प्रीत्यर्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
अक्षतान् समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः।।

जौ तिल अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

धान्यराजान् सुमाङ्गल्यान् विष्णुप्रीतिकरान् यवान् ।
तिलान्मनोहरांश्चैव गृहाण पुरुषोत्तम ।।
यवान् तिलान् समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

तुलसीपत्र अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

भवमोक्षप्रदं रम्यं वृन्दावनसुशोभितम् ।
गृहाण तुलसीपत्रं रामनामसमन्वितम् ।।
तुलसीपत्रं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः।।

फूल अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

नानाविधानि पुष्पाणि ऋतुकालोद्भवानि च ।
मयार्पितानि सर्वाणि पूजार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।
पुष्पं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः।।

धूप अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

वनस्पतिरसोद्भूतः सुगन्धाढ्यो मनोहरः ।
आघ्रेयः सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम् ।।
धूपं आघ्रापयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

वत्ती अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

घृतवर्तिसमायुक्तं वन्हिसंयोजितं मया ।
दीपं गृहाण देवेश त्रैलोक्यतिमिरापहम् ।।
दीपं दर्शयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

नैवेद्य अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

अन्नं चतुर्विधं स्वादु: रसैः षड्भिः समन्वितम् ।
भक्ष्यभोज्यसमायुक्तं नैवेद्यं प्रतिगृह्यताम् ।।
नैवेद्यं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

जल अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

गांगादितीर्थादानीतं सुगन्धाढ्यं सुनिर्मलम् ।
पृष्ठर्थमुदकं पुण्यं गृहाण जगदीश्वर ।।
जलं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

पान-मसला अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

पूगीफलं सताम्बूलं खादिरादि मनोहरम् ।
लवङ्गैलादिसंयुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ।।
ताम्बूलं पूगिफलं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

भेटी चढाउँदा भन्ने मन्त्र :

न्यूनातिरिक्तपूजायाः सम्पूर्णफलहेतवे ।
दक्षिणाद्रव्यमेतत्ते प्रीत्यर्थम् प्रतिगृह्यताम् ।
दक्षिणाद्रव्यं समर्पयामि ॐ श्रीसूर्यनारायणाय नमः ।।

चमर पङ्खा हम्कदा भन्ने मन्त्र :

शशाङ्करसङ्काश हिमकर्पूरपाण्डुर ।
प्रोत्सारयाशु दुरितं चामरामरवल्लभ ।
चमरं समर्पयामि ॐ......।

आवरण-पूजा (फूल अक्षताले नामै पिच्छे चढाई पूजा गर्ने)

ॐ मित्राय नमः ।	**ॐ विष्णवे नमः ।**	**ॐ वरुणाय नमः ।**
ॐ सहस्रकिरणाय नमः।	**ॐ भानवे नमः ।**	**ॐ तपनाय नमः ।**
ॐ इन्द्राय नमः ।	**ॐ रवये नमः ।**	**ॐ गभस्तये नमः ।**
ॐ यमाय नमः ।	**ॐ दिनकराय नमः ।**	**ॐ हिरण्यरेतसे नमः**
ॐ आदित्याय नमः ।	**ॐ भास्कराय नमः ।**	**ॐ उषायै नमः ।**
ॐ प्रज्ञायै नमः ।	**ॐ ब्राह्म्यै नमः ।**	**ॐ माहेश्वर्यै नमः ।**
ॐ कौमार्यै नमः ।	**ॐ वैष्णव्यै नमः ।**	**ॐ वाराह्यै नमः ।**

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ इन्द्राण्यै नमः । ॐ चामुण्डायै नमः । ॐ महालक्ष्म्यै नमः ।
ॐ अरुणाय नमः । ॐ चन्द्राय नमः । ॐ भौमाय नमः ।
ॐ यमाय नमः । ॐ निर्ऋतये नमः । ॐ कुबेराय नमः ।
ॐ ईशानाय नमः । ॐ अयनाय नमः । ॐ ब्रह्मणे नमः ।
ॐ अनन्ताय नमः । ॐ वृत्राय नमः । ॐ शक्तये नमः ।
ॐ कालदण्डाय नमः । ॐ खड्गाय नमः । ॐ पाशाय नमः ।
ॐ अङ्कुशाय नमः । ॐ गदायै नमः । ॐ त्रिशूलाय नमः ।
ॐ श्री सूर्यनारायणाय नमः ।। ॐ पद्माय नमः । ॐ चक्राय नमः ।

धूप, बत्ती, नैवेद्य, जल भेटी आदि चढाउने ॥

नीराजन अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

चन्द्रादित्यौ च धरणी विद्युदग्निस्तथैव च ।
त्वमेव सर्वज्योतींषि तेन नीराजयाम्यहम् ।
नीराजनं दर्शयामि, ॐ श्री सूर्यनारायणाय नमः ।।

पुष्पाञ्जलि अर्पण गर्दा भन्ने मन्त्र :

नमः सवित्रे जगदेकचक्षुषे जगत्प्रसूतिस्थितिनाशहेतवे ।
त्रयीमयाय त्रिगुणात्मधारिणे विरञ्चिनारायणशङ्करात्मने ।
पुष्पाञ्जलिं समर्पयामि ॐ श्री सूर्यनारायणाय नमः ।।

नमस्कार गर्दा भन्ने मन्त्र :

नमः सवित्रे जगदेकचक्षुषे त्रयीमयायाऽखिलदेवमूर्तये ।
दीप्तप्रकाशाय सुवर्णचक्षुषे सुघोरसंसारभयप्रणाशिने ।।
एकचक्रो रथो यस्य दिव्यः कनकभूषितः ।
स मे भवतु सुप्रीतः पद्महस्तो दिवाकरः ।।
भानो भास्कर मार्तण्ड चण्डरश्मे दिवाकर ।
आरोग्यमायुर्विजयं विद्यां देहि नमोऽस्तु ते ।।
नमस्कारं समर्पयामि ॐ श्री सूर्यनारायणाभ्यो नमः ।।

प्रदक्षिणा गर्दा भन्ने मन्त्र :

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च ।
तानि सर्वाणि नश्यन्तु प्रदक्षिणांपदे पदे ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अर्घ्य निवेदन गर्दा भन्ने मन्त्र :

रक्ष रक्ष गणाध्यक्ष रक्ष त्रैलोक्यरक्षक ।
भक्तानामभयं कर्ता त्राता भव भवार्णवात् ।।
वरदस्त्वं वरं देहि वाञ्छितं वाञ्छितार्थदः ।
अनेन सफलार्घ्येण फलदोऽस्तु सदा मम ।।

पूर्णपात्र (टपरीभरी चामल, जनै, सुपारी, फलफूल र रूपैयाँ)

पूर्णपात्र, दक्षिणासंकल्प, विसर्जन गरी सबै कार्य गरेको भगवान्मा अर्पण गर्ने-

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मनावाऽनुसृतः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।
ॐ तत्सत् श्री सूर्यनारायणार्पणमस्तु !

२५. मकरसङ्क्रान्ति (माघे सङ्क्रान्ति)

माघ महिनाको पहिलो दिन अर्थात् माघे सङ्क्रान्तिदेखि सूर्य मकरराशिमा प्रवेश हुने हुँदा मकर सङ्क्रान्तिको नामले प्रसिद्ध छ। माघ महिनाभर तीर्थहरू सूर्यमा बसेका हुन्छन् । अर्धोदित सूर्य (आधा सूर्य उदाएको समय) भएको समयमा स्नान गर्नेहरूको पाप हामी नाश गर्दछौं भनी तीर्थहरू गर्जन्छन् । त्यसैले त्यस समयमा कुनै तीर्थ, नदी वा जलाशयमा विधिपूर्वक मन्त्रसहित स्नान गर्नु उत्तम हुन्छ । सके तलको मन्त्र भनी नुहाउनु नसके "**हर गोविन्द** ! **हर अच्युत** ! ! **हर माधव** ! ! ! **हर हर सूर्यनारायण हर मेरा पाप नाश गर**" भनी स्नान गर्नु उत्तम हुन्छ।

प्रातः स्नानं करोम्यद्य माघपापविनाशनम्
मकरस्थेगते माघे गोविन्दाच्युत माधव ।।

माघको जाडोमा स्नान गर्नु तपस्या गरे बराबर मानिन्छ। स्नान गरेर र नगर्दै आगो नताप्नु, सख्खर, तिलको लड्डु र चाकु दिनदिनै खानु र दान पनि गर्नु उत्तम हुन्छ। पुसमा पकाएको पाक (घ्यू, चाकु, लड्डू, तरूल, सखरखण्ड, पिँडालु) आदि मकर सङ्क्रान्तिमा खाने गरिन्छ । त्यो दिन वा माघ महिनाभरिमा शरीरमा तेल लगायो भने वर्षभरि निरोगी भइन्छ भन्ने विश्वास छ । माघ स्नान गरेपछि

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ब्राह्मणलाई तथा योगीहरूलाई सिदा, चाकु, तिलको लडडु, तरूल, वस्त्र, द्रव्य ... आदि दान गर्नुपर्दछ ।

कुनै वर्षमा औँसी, सूर्यग्रहण र मकर सङ्क्रान्ति एकै दिनमा पनि पर्दछन् । यदि यसो भएमा उक्त दिन स्नान गरी मन्त्र, जप, साधना गर्न अति उत्तम हुन्छ । तीर्थ स्नान गर्न नसकेमा तीर्थादिको जल मिसाएर घरमै भए पनि स्नान गर्नुपर्दछ ।

२६. श्रीपञ्चमी (सरस्वतीपूजा)

माघ शुक्ल पक्ष पञ्चमी तिथिमा पर्ने यो पर्व विशेषतः विद्याको लागि निकै महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । यस दिनदेखि वसन्त ऋतुको आरम्भ हुन्छ । त्यसैले वसन्त पञ्चमी पनि भनिन्छ । यस दिनमा रति-कामदेवको विधिपूर्वक पूजा गरी श्रीकृष्णको लीला भरिएको वसन्त राग (गीतगोविन्द) संस्कृत काव्यको द्वितीयखण्डको अध्याय श्रवण गर्ने गरिन्छ । आजकै दिन विद्याकी खानी जगन्माता सरस्वतीको जन्मजयन्ती धुमधामसँग मनाउने परम्परा छ । प्राचीनकालदेखि नै विद्याश्रमहरूमा ऋषिमुनिहरूले समेत सरस्वतीको स्मरणमा श्रद्धापूर्वक मूर्तिस्थापना गरी पूजा- आराधना गर्दथे । त्यसैले अहिलेसम्म पनि बालक, वृद्धा एवं समस्त नरनारीहरूले विधिपूर्वक पूजा-आराधना, उपासना समेत गर्दछन् । यस दिनलाई शिक्षण, संघ संस्था लगायत अन्य प्रतिष्ठानहरूले शुभतिथिको रूपमा लिई शुभकार्य शुभारम्भ गर्ने गर्दछन् ।

यन्नवे भाजने लग्नः संस्कारो नान्यथा भवेत्
कथाच्छलेन बालानां नीतिस्तदिह कथ्यते ।। (हितोपदेश)

शिक्षकशिक्षिकाहरूले ध्यान दिनुपर्ने कुरा के छ भने बालकहरूका मनमा परेको पहिलो छाप जीवनभर प्रभावशाली रहन्छ त्यसैले राम्ररी विचार गरेर मात्र नम्र र मीठो वचन बोल्ने, राम्रो व्यवहार गर्ने बानी बालबालिकामा बसाल्नु, सुसंस्कार सिकाउनु उत्तम हो ।

कथाद्वारा उपदेश गर्ने कुरा वेद, ब्राह्मण ग्रन्थ, पुराण, रामायण, महाभारतमा पनि पाइन्छ । विद्यार्थीले कण्ठस्थ गर्नुपर्ने सूत्र तथा पद्यहरू गुरूहरूद्वारा गद्य/पद्य भाका हालेर कथाको माध्यम बनाउँदा सजिलै

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कण्ठस्थ हुन्छ । सरस्वतीको महत्त्व र परिचय सम्बन्धमा धेरै किसिमका किंवदन्तीहरू पाइन्छन् । शिवपुराणअनुसार ब्रह्माले सम्पूर्ण जगत्सृष्टि गर्दा वाक्सिद्धि र विद्यासिद्धिको लागि सरस्वती उत्पन्न गरेको प्रसङ्ग छ। जे होस् सरस्वती भनेकी विद्या, बुद्धि र स्मृतिजस्ता शक्तिहरूकी अधिष्ठात्री भएकीले उनकै जन्मजयन्तीको अवसर पारेर बालबालिकाहरूलाई उनको मन्दिर वा मूर्ति वा फोटोको दाहिने गराई "**ॐ नमो वागीश्वराय**" भन्ने सप्तअक्षर मन्त्रलाई भनाइ-लेखाइ अक्षरारम्भ गर्ने प्रचलन छ ।

आजको दिनमा नयाँ कारोवार, व्यावसाय, विवाह, व्रतबन्ध आदि नयाँ कामको शुभारम्भ वा श्री गर्नु उत्तम मानिन्छ । त्यसैले यस दिनलाई श्रीपञ्चमी पनि भनिन्छ ।

सरस्वतीपूजा विधि

एक जना मूलकर्ता र अन्य सहायक कर्ताहरू विधिपूर्वक प्रात स्नान गरी शरीरमा शुद्ध वस्त्र धारण गरेका, जन्म मरण (सुत्केरो, जुठो) र महिनावारी (महिलाको हकमा पाँच दिन पूरा भएका) दोष नभएका व्यक्तिहरूले पूजा आरम्भ गर्ने ।

पूजासामग्री : जौ, तिल, कुश, अबीर, केशरी, चन्दन, अक्षता, तामाको दीयो, तामाको कलश, चामल, सरस्वती माताको फोटो वा मूर्ति, फलफूल, धुप, बत्ती, तेल, दूध (काँचो), घ्यू, चिनी, सख्खर (पञ्चामृत बनाउनको लागि) अन्य मिष्ठान्न प्रसाद तयार पार्नुपर्दछ। भएमा सोहीअनुसार सामग्री दक्षिणा/भेटी पूजास्थान सरसफाइ वा विद्यालय हाताभित्र ध्वजापताका श्रृङ्गार (नोटः घरमा गर्दा र विद्यालयमा गर्दा फरक पर्ने कुरा कृपया आफै मिलाउनु होला) । कापी, कलम, पुस्तक, शङ्ख, घण्ट, टपरी दुना ....आदि ।

विद्यार्थीहरूले ल्याएको सामग्री सङ्कलन गरी सोही सामग्रीहरूद्वारा पूजा गर्ने । सान्दर्भिक भनाइहरू भएमा प्रवचन गर्ने ।

विद्यार्थीहरूलाई फूल र अक्षता हातमा लिई समयअनुसार जयजयकार गराउँदै, सरस्वतीवन्दना, स्तोत्र, आरती, प्रार्थनाका श्लोकहरू मूलकर्ताद्वारा पढ्दै, सुनाउँदै सबैलाई पुनः दोहोर्‍याउन लगाउने ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सबैलाई क्रमबद्धरूपमा पूजास्थान नजिक आई सरस्वतीको फोटो वा मूर्तिमा फूल, अक्षता चढाई ढोग, नमस्कार गर्ने वातावरण मिलाउने र सँगै टीका प्रसाद वितरण पनि गर्न सकिन्छ ।

पूजा तरिका

चारवटा टपरी वा थाली (पित्तल, तामा, चाँदी मात्र) चामल राख्ने र क्रमशः, दीप, कलश, गणेश र सरस्वती (मूर्ति, प्रतिमा, फोटो) स्थापना गर्ने ।

दीप प्रज्वलन गरी यथामन्त्र दीप नारायणको यथासामग्रीले पूजा, प्रार्थना, नमस्कार गर्ने ।

चामलको टपरीमाथि पात वा फूलमा राखेको कलशलाई यथासामग्री, यथामन्त्रले पूजा गरी सिंगार्ने, प्रार्थना, नमस्कार गर्ने ।

एवम् प्रकारले स्थापित गणेशलाई पनि आह्वान् गर्दै यथासामग्री, यथामन्त्रद्वारा पूजा, प्रार्थना, नमस्कार गर्ने, शुभलाभ, ऋद्धि-सिद्धिलाई समेत स्मरण गर्ने ।

दीप प्रज्वलन गर्ने (हात जोडी तलको मन्त्रद्वारा नमस्कार एवं आफूसँग भएका सामग्रीहरूद्वारा दियो पूजा गर्ने :)

"शुभं भवतु कल्याणमारोग्यं सुखसम्पदः ।
आत्मज्योतिप्रकाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तु ते ।।
आवाहनं जलं समर्पयामि । वरिपरि जल घुमाउने
चन्दनं, पुष्पम्, ...समर्पयामि ।

शुद्ध जल भएको कलशहरूलाई तलका मन्त्रद्वारा ध्यान गर्ने, यथासामग्रीले पूजा गरी सिँगार्ने, नमस्कार गर्ने ।

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूलेत्वस्य स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः ।।
कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा ।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।।
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशं तु समाश्रिताः ।
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं कर्तुमीहे जलोद्भव ।।
सान्निध्यं कुरु देवेश प्रसन्नो भव सर्वदा ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ कलशस्यदेवताभ्यो नमः

ॐ कलशदेवतास्वरुपाय वरुणाय नमः !!

गणेशध्यान : (हातमा फूल लिने मन्त्र पढ्ने र चढाउने)

गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थजम्बूफलचारुभक्षणम् ।
उमासुतं शोकविनाशकारकं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम् ।।

गणेशको आवाहन :

ॐ गणनान्त्वागणपति ꣳ हवामहे ! प्रियाणाँत्वा प्रियपति ꣳ हवामहे ! निधीनान्त्वानिधिपति ꣳ हवामहे ! वसोमम ! आहमजानि गर्भधमा त्वमजासि गर्भधम्।

ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणाधिपतये नमः । (जल घुमाउने) **आसनं समर्पयामि, पाद्यं समर्पयामि, अर्घ्यं समर्पयामि, जलं समर्पयामि, फलं समर्पयामि ।** (आफूसँग भएका सम्पूर्ण सामग्री अर्पण गर्ने)

गणेशप्रार्थना- वक्रतुण्ड ! महाकाय ! कोटिसूर्यसमप्रभ !
निर्विघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषुसर्वदा ।।
ॐ ऋद्धिसिद्धिसहिताय महागणपतये नमः,
आवाहनं प्रार्थनां समर्पयामि ।

विद्यार्थीहरूलाई सुनाउने, र भन्नलगाउने, एवम् प्रकारले सरस्वती माताको फोटो वा मूर्तिमा यथासामग्रीले पूजा गर्ने महाकाली, महालक्ष्मी र महासरस्वतीको स्मरणमा पूजा गर्ने ।

ॐ सरस्वतीदेव्यै नमः चन्दनं समर्पयामि ।

ॐ सरस्वतीदेव्यै नमः अबीरचूर्णं समर्पयामि ।

ॐ सरस्वतीदेव्यै नमः पुष्पं, अक्षतान्, फलं, पक्वान्ननैवेद्यं, द्रव्यं समर्पयामि

आफूसँग भएका सामग्रीहरू सबै स-मन्त्र क्रमवद्ध रूपमा चढाउने। सरस्वती वन्दना सुनाउने भन्न लगाउने (नेपाली सारसहित)

याकुन्देन्दुतुषारहारधवला या शुभ्रवस्त्रावृता,
या वीणावरदण्डमण्डितकरा या श्वेतपद्मासना ।
या ब्रह्माच्युतशङ्करप्रभृतिभिर्देवैः सदा वन्दिता,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सा मां पातु सरस्वती भगवती निःशेषजाड्यापहा ।।

ॐ सरस्वत्यै नमः ॐ.......... ॐ..........

कुन्द, पुष्प, चन्द्रमा र हिउँरूपी हारसमान श्वेतवर्ण भएकी, श्वेत वस्त्र पहिरेकी, वीणा, वर, दण्डले सुशोभित हात भएकी, श्वेत कमलमा आसीन, ब्रह्मा, विष्णु, महेश्वर आदि देवताहरूद्वारा सदा पूजित भएकी, सम्पूर्ण अज्ञानरूपी जडता नाश गर्ने सरस्वती भगवतीले मेरो रक्षा गरून् ।

पुस्तक पूजा गर्ने मन्त्रः

शुक्लां ब्रह्मविचारसारपरमामाद्यां जगद्व्यापिनीम्,
वीणापुस्तकधारणीभयदां जाड्यान्धकारापहाम् ।
हस्ते स्फाटिकमालिकां विदधतीं पद्मासने संस्थिताम्,
वन्देतां परमेश्वरीं भगवतीं बुद्धिप्रदां शारदाम् ।

सरस्वती स्तोत्र सुनाउने- भन्न लगाउने

सरस्वती मया दृष्टा वीणापुस्तकधारिणी ।
हंसवाहनसंयुक्ता विद्यादानं करोतु मे ।।१।।
प्रथमं भारती नाम द्वितीयं च सरस्वती ।
तृतीयं शारदादेवी चतुर्थ हंसवाहिनी ।।२।।
पञ्चमं तु जगन्माता षष्ठं वागीश्वरी तथा ।
सप्तमं चैव कौमारी अष्टमं वरदायिनी ।।३।।
नवमं बुद्धिदात्री च दशमं ब्रह्मचारिणी ।
एकादशं चन्द्रघण्टा द्वादशं भुवनेश्वरी ।।४।।
द्वादशैतानि नामानि त्रिसन्ध्यं यः पठेन्नरः ।
जिह्वाग्रे वसते तस्य ब्रह्मरुपा सरस्वती ।।५।।

विद्यार्थीहरूद्वारा लेखिएका प्रार्थना, कविता भएमा भन्न लगाउने।

धूप बत्ती, आरती, शङ्ख घण्ट ध्वनिसहित गराउने ।

हातमा फूल लिएर आ-आफ्नै किसिमको मौन प्रार्थना गराउने ।

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्यात्मनावाऽनासृतःस्वभावात् ।
करोमि यद्यत् सकलं परस्मै नारायणायेति समर्पयामि ।।

मन्त्र पढी जल छोड्ने, हात जोड्ने समाप्त गर्ने ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

क्षमायाचना गर्दा भन्ने श्लोक :

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम् ।
पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वरि !
मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं सुरेश्वरि ।
यत्पूजितं महादेवि परिपूर्णं तदस्तु मे ॥

मन्त्र पढी - अर्पण गर्ने, ढोग नमस्कार-॥

हातको फूल चढाउँदै ढोग, नमस्कार गराई टीका-दक्षिणा फूल प्रसाद वितरण गर्ने ।

एघार वर्षसम्मका १२ वटी कन्यालाई विद्यालयको प्रमुख व्यक्तिद्वारा विशेष रूपले टीका-दक्षिणा फूल, प्रसाद, उपहार प्रदान गर्नु उत्तम हुन्छ । आजभोलि सरस्वती, प्रसाद वा उपहारस्वरूप कापी, कलम, मसी, किताब, झोला, कपडा, सरस्वती-छात्रवृत्ति, नर्सरी कक्षामा निःशुल्क भर्ना वा भर्नामा केही प्रतिशत छुट दिने गरेको पाइन्छ। बाह्र कन्याको महत्त्व सरस्वतीका १२ वटा नामका आधारमा लिइएको हो । पूजामा सङ्कलित चामल, धान वा पैसाबाट सरस्वती मन्दिरको लागि आवश्यक सामग्री किनेर राख्ने वा स-साना बच्चाहरूलाई दक्षिणा दिने पनि गरिन्छ ।

२७. महाशिवरात्रि

फागुन कृष्णपक्षको चतुर्दशी तिथिमा पर्ने यो दिन महाशिवरात्रिको नामले प्रसिद्ध छ । परापूर्वकालदेखि चलेको यो पर्व लिङ्गपुराणमा विस्तृतरूपमा वर्णन गरिएको छ ।

प्राचीन समयमा सीमान्त देशमा मांस आहारमा हिरिक्क हुने एउटा व्याधा बस्दथ्यो । उसले जङ्गलमा बँदेल, मृग, तित्रा आदि मारेर खान्थ्यो । ऊ पापी, अरूको हत्या गर्ने, दुष्ट व्याधा थियो । एक दिन उसले कतै सिकार गर्न सकेन । त्यो दिन चतुर्दशीको कृष्णपक्ष थियो । राति भएपछि एउटा तलाउको नजिकै पुग्यो र सोच्यो - पक्कै पनि राति पानी खान जनावर आउँछन् त्यसै बेला मार्छु भनेर झाडीमा लुकेर बस्यो । नजिकै बेलको रूख र त्यसको तल शिवलिङ्ग थियो । उसले तलाउमा राम्ररी हेर्नका लागि बेलको हाँगाबाट पात

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

टिपेर भुइँतिर फ्याँक्यो यसरी फाल्दा पात शिवलिङ्गमा पऱ्यो । मृगलाई कुर्दाकुर्दै भोकाएको व्याधालाई निद्रा पनि लागेन । दोस्रो प्रहरमा पानी पिउन छातीमा फाँचा बढेकी, ठूला-ठूला आँखाले पल्याकपुलुक हेर्दै हरिणी आई उसलाई हेर्न व्याधाले फेरि बेलका पातहरू टिपेर तलतिर फाल्यो पात शिवलिङ्गमाथि पऱ्यो । जब व्याधाले मार्न तम्स्यो तब हरिणीले भनी हे प्रभु ! किन मलाई मार्न थाल्नुभयो ? व्याधाले भन्यो - हे सुन्दरी ! मेरो घरमा धन छैन, बालबच्चाहरू भोकाएका छन्, त्यसैले मार्छु । यसरी मनुष्यको बोली बोल्ने हरिणीलाई देखेर व्यधा छक्क पऱ्यो । अहिलेसम्म कैयन् जीवहरूलाई मारेँ । यसरी बोल्ने जनावर त भेटेको थिइन । यो के आश्चर्य हो ? धेरैबेरको कुराकानीपछि हरिणीले आफ्नो वृत्तान्त सुनाई- "पहिले म स्वर्गमा इन्द्रकी अत्यन्त राम्री अप्सरा थिएँ । त्यस बेला जवानीका मदले सबै अङ्ग पुष्टिएको हिरण्याक्ष दानवलाई पति बनाई धेरै समयसम्म अघाउन्जेल भोग गरेँ । भगवान् शङ्कर मेरो नाच निकै हेर्नुहुन्थ्यो, दिनहुँ म ठीक समयमा उहाँकहाँ नाच देखाउन जानुपर्थ्यो । एक दिन हिरण्याक्षसँग लडीबुडी खेल्दा जिस्किँदा जिस्कँदै समय निकै बितेछ र ठीक समयमा महादेवकहाँ पुग्न सकिन । त्यसै कारण श्रीमहादेवले क्रोध भई मलाई श्राप दिनुभयो र आज यो अवस्थामा छु" भनी बताई । आज म दुई जीउकी छु । धर्मशास्त्रले पनि बालक, गर्भवती, वृद्धलाई मार्न हुँदैन भनेको छ । बरू म गएर बच्चा जन्माएर साथीहरूलाई जिम्मा लगाएर आउँछु । यदि आइन भने जसले एउटा दीयोको बत्तीमा अर्को दीयो बत्ती बाल्दछ, एउटा खुट्टाले अर्को खुट्टा धुन्छ । देव, ब्राह्मण र गुरूको हत्या गर्दछ, अर्काको निन्दा गरी कुरा काट्नमा आनन्द मान्दछ, बाबुआमा र माता कुटुम्बको वध गर्दछ, मूर्ख, पाखण्डी व्यवहार गर्छ, मीठो खानेकुरा स्वास्नी/पोई र बालकलाई नदिई खान्छ, कञ्जुस, सदाचार नमान्ने, अर्काकी स्वास्नीको पछि पर्ने, इत्यादि काम गर्नेलाई जुन पाप लाउँदछ, त्यो पाप मलाई लागोस् भनेर वाचा गरेर हिँडी । त्यसपछि अर्की मृगी आई उसले पनि यस्तै यस्तै वाचा गरी गई । फेरि अर्को मृग आयो । उसले पनि यस्तै वाचा गरी गयो । त्यति बेलासम्म उसले निकै वेलपत्रका हाँगाहरू, पातहरू,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

तल्तिर फाल्दा शिवलिङ्गमा परेको र वार्तालाप गर्दागर्दै जाग्राम भएको हुनाले महादेवले उसलाई सम्पूर्ण पाप, श्राप, हत्या, अपराधबाट मुक्ति दिनुभयो र तुरून्त पवित्र ठाउँ शिवलोकमा पठाइदिनुभयो । नक्षत्र पदले संसारभर प्रख्यात होऊ भनी आशीर्वाद दिनुभयो ।

त्यसैले यस महान् शिवरात्रिको दिनमा दिनभर उपासना गरी रातिमा शिवपूजा, शिवधुनी, शिवभजन, शिवमाहात्म्य श्रवण पाठ, शिवरात्रि व्रतकथा श्रवण-पाठ, शिवस्तुति गर्नाले हजार अश्वमेध र सय वाजपेय यज्ञ गरे समान फल मिल्दछ। सम्पूर्ण पापहरूबाट मुक्त हुने व्रत यही नै हो भनी शिवजीले पार्वतीलाई, व्यासले सुतजीलाई, सुतजीले शौनकादीलाई सुनाउनु भएको कथा हो । सबैले एकै स्वरमा भन्नु- "**कैलाशवासी श्री महादेवको जय**"!! (पूजा शिवपूजाविधिअनुसार गर्नुहोला)

२८. फागुपूर्णिमा

फागुन शुक्लपक्षमा पर्ने पूर्णिमा तिथि फागुपूर्णिमा अर्थात् होलीपूर्णिमा नामले प्रसिद्ध छ। यस दिनमा भगवान् नारायणको विभिन्न रङ (सप्तरङ) र सुगन्ध कपुर, फूलहरूद्वारा विधिवत पूजा-अर्चना गरी सोही रङ्गहरू आफू आफ्ना इष्टमित्र, साथीभाइ, परिवारबीचमा लगाउँदै नारायणको स्मरण गरी मनाउनुपर्दछ । वर्षभरि नै जस्तोसुकै इर्ष्या, द्वेष, कलह, मनमुटाव भए पनि आजको दिन नारायणको स्मरण गर्दै सबै तीता कुराहरूलाई बिर्सेर सम्बन्ध पुनः जोड्न भगवान् नारायण प्रेरित गर्नुहुन्छ। यसरी उहाँको स्मरणमा होलीपूर्णिमा मनाउँदा नारायण प्रसन्न हुनुहुन्छ ।

आजभोलि समाजमा होली मनाउने वहानामा अरूको शरीर सुम्सुम्याउने, गरगहना लुट्ने, अपरिचितलाई पनि कालोमोसो दलेझैँ दल्दिने, फोहोर पानीमा एसिड, इनामेल मिलाएर घरको माथिबाट सडकपेटी, बाटोमा हिँडेकालाई लुकेर छ्याप्ने, विशेष गरी यौवनास्त्री/कन्यालाई लक्षित गर्ने जस्ता छाडा विकृति बढ्दै गएको पाइन्छ । यस्तो विकृतिको दोष, पापको फल उनलाई र उनका अभिभावकलाई समेत कालान्तरमा भोग्नुपर्दछ । बालकहरू होली खेल्न रमाइलो मान्दछन् त हामी उनीहरूलाई होलीको महत्त्वको सही शिक्षा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

दिनु र सोहीअनुसार मनाउन लगाउनु वा खेलाउनुपर्दछ । अन्यथा भगवान् नारायण क्रोधित भई दण्ड दिनुहुन्छ। यसको ज्वलन्त उदाहरण होलिकाले अग्निसिद्धि गरेको कुरालाई गलत तरिकाले प्रयोग गर्न खोज्दा आफै भस्म भएको कथा प्रसङ्ग छ। हामीले ज्ञान पाएर पनि सही दिशामा लैजान नसक्नु हाम्रो कमजोरी हो ।

यो पर्व कसरी मनाउन थालियो भन्ने सम्बन्धमा श्रीमद्भागवत्को सातौँ अध्यायमा विस्तृत व्याख्या छ। त्यसैका आधारमा छोटकरीमा यहाँ उल्लेख गरिएको छ ।

पौराणिक कथाअनुसार प्रह्लाद चरित्रमा हिरण्यकश्यपको प्रसङ्ग जोडिएको छ । हिरण्यकश्यप नास्तिक थिए तर उनका पुत्र प्रह्लाद ईश्वरमा विश्वास राख्दथे । पिताले पुत्रलाई आश्रममा शिक्षा लिनको लागि राखे । केही महिनापछि पुत्र घरमा आए त पिताले सोधे- "पुत्र ! तिमीले के के पढ्यौ" ? प्रश्नमा पुत्र उत्तर दिन्छन् - "बुबा मैले त केवल ९ वटा विषयमात्र पढेँ ।" ती हुन्:-

श्रवणं कीर्तनं विष्णोः स्मरणं पादसेवनम् ।
अर्चनं वन्दनं दास्यं सख्यमात्मनिवेदनम् ।।

अर्थात् भगवान्को बारेमा सुन्नु, भजनकीर्तन गर्नु, मनले स्मरण गर्नु, मन, वचन, कर्मले विष्णु भगवान्प्रति समर्पित हुनु, मित्रता गर्दा, आत्मनिवेदन गर्दा जे गर्दा पनि भगवान् विष्णुलाई सम्झनु नौ प्रकारका भक्ति हुन्भनि मैले बुझेँ । हिरण्यकश्यप रिसले चूर भई यस कुलमा यस्तो काँडा बनेर आएको यस दुष्टलाई मार्नु नै उत्तम सम्झी प्रह्लादलाई मार्ने जाल बुन्न थाल्दछन । प्रह्लादलाई मार्नको निमित्त खानामा विष बनाएर खुवाइयो, पहाडमा लगेर भिरबाट फ्याँकियो, निकै विषालु सर्पहरूद्वारा टोकाइयो यस्ता अनेक तरिकाबाट पनि प्रह्लादलाई केही फरक परेन किनकी उनी भगवान् नारायण भक्त थिए । तसर्थ उनका सबै दुःख भगवान्ले लिनुहुन्थ्यो । एक दिन हिरण्यकश्यपकी बहिनी होलिकाले प्रह्लादलाई मार्न म मात्र सक्षम छु भनी अनुमतिको लागि योजना बनाइन् । उनको योजनाअनुसार आफू अग्निदेवताको साधना सिद्धि गरेकाले मलाई अग्निले केही गर्न सक्दैनन् भनी आफू

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

प्रह्लादलाई काखमा लिएर अग्निमा बस्ने योजना बनाइन् । सोहीअनुसार निकै ठूलो दाउराको खालमा प्रह्लादलाई लिएर बसिन् तर ठीक विपरीत दाउराको ज्वालासँगै होलिका जलेर खरानी भइन् तर प्रह्लादलाई केही पनि भएन किनकी प्रह्लाद विष्णुमय थिए । उनी नै विष्णु थिए, विष्णु नै उनी थिए । त्यहाँ उपस्थित सबै दानवी शक्ति हेरेको हेर्‍यै भए भने चिन्तित मुद्रामा उपस्थित देवताहरू भगवान् नारायणको जय जयकार गर्दै सप्तरङ्गी रङ्ग, टीका, अबीर, एक अर्कालाई लगाउँदै हाँस्दै रमाउँदै नाचगान गरी होलिकादाह पर्वको रूपमा मनाए ।

यसरी भगवानप्रति आस्था राख्ने बालक प्रह्लादको जीतलाई सत्यको विजयस्वरूप सोही दिनदेखि भगवान नारायणको स्मरणमा होलीपर्वको रूपमा मनाइने परम्परा चलिआएको हो ।

२९. चैते दशैँ (अष्टमी)

चैत्र शुक्लपक्षमा पर्ने यो तिथिलाई अष्टमी अर्थात् चैतेदशैँ पनि भनिन्छ । प्रतिपदादेखि पूजा आराधना पाठ गरी अष्टमीको दिनलाई महाअष्टमी र नवमीको दिनमा महानवमी गरी दशैँ मनाउने परम्परा प्राचीनकालमा चलेको पाइन्छ । रामले रावणमाथि विजय हासिल गरेपछि मात्र शरद्ऋतुमा विजयादशमीको नामबाट दुर्गाभवानीको पूजा आराधना पाठ गर्दै दशैँ मनाउन थालिएको पाइन्छ । यस तिथिमा पनि दुर्गाभवानीको पूजा, आराधना, पाठ, व्रत बस्ने चलन छ । यस पर्वमा केवल जमरा राखिँदैन, अन्य विधि शरद्कालीन नवरात्रमा जस्तै गरिन्छ ।

३०. रामनवमी

चैत्र शुक्लपक्षमा पर्ने नवमी तिथि रामनवमी नामले प्रसिद्ध छ । त्रेतायुगमा पिता दशरथ र माता कौशल्यावतीका पुत्रका रूपमा भगवान् विष्णुले रामको अवतार लिनुभएको थियो । उहाँको जन्मसँगै नौ अङ्ग र मनुष्यका कानसँग जोडिएका कथा प्रसङ्गहरू छन् । रामनाम ठूलो शक्ति हो । रामनाम उच्चारण गर्दा मात्र पनि मानिसभित्रको द्वेष, इर्ष्या, कलह, चञ्चल भावनाहरू हटेर जान्छन् । रामतत्त्व बुझ्नु ठूलो

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सफलताको पक्ष हो । मानिसको शरीरमा भएका एघार इन्द्रिय (पाँच ज्ञानेन्द्रिय ...., पाँच कर्मेन्द्रिय ..... र एक अन्तस्करण) मनहरू सबै रामशक्ति/तत्त्वसँग सम्बन्धित हुन्छन् । यी इन्द्रियहरू सबै तलतिर फर्केका हुन्छन् । भनिन्छ बग्ने पानी र चल्ने बानी जता लग्यो उतै जान्छन् । भगवान् शिवले पनि पार्वतीलाई तिमी इन्द्रियलाई नियन्त्रण गर भन्नुभएको पाउदछौँ । यिनै इन्द्रियलाई अधीनमा राख्ने मानिस असल हुन्छ । मानिस धनसम्पत्तिले संसार घुम्न सक्दछ । ठूला ठूला महल खरिद गर्न सक्दछ । महङ्गा गाडी, जहाज चढ्दछ, व्यापार-व्यवसाय गर्न सक्दछ, उच्च शिक्षा हासिल गर्न सक्दछ तर उसले मनमा शान्ति आनन्द पाउन सक्दैन, यसलाई किन्न पनि सक्तैन जबसम्म उसले ज्ञान-अज्ञानमा पनि राम नाम लिँदैन र रामतत्त्व चिन्दैन । रामशक्ति यस्तो शक्ति हो जसरी विद्युतगृहमा उत्पन्न विद्युतीय शक्ति (पावर/करेन्ट) मा रोकिने बित्तिकै सम्पूर्ण, कलकारखाना, घर, अफिस अन्धकार हुन्छ, कार्य बन्द हुन्छ, केही क्षण त इन्भटर, जेनेरेटर आदिले उज्यालो होला तर अन्ततः अन्धकार नै छाउँछ, त्यसरी नै मनुष्यको जीवनमा केही कृत्रिम तत्त्वले क्षणिक रमाइलो होला तर रामतत्व शरीरबाट हट्ने बित्तिकै शरीर मुर्दा हुन्छ । त्यसैले मुर्दा शरीर (लास) बोकेर हिँड्ने व्यक्तिले 'राम नाम सत्य हो' भनेर रामलाई नै स्मरण गर्दछन् । राम मानिस, पशुपंक्षी, बोटविरूवा, सबै प्राणीहरूलाई माया, आदर सम्मान गर्न सक्षम, सुयोग्य भएकोले उहाँलाई मर्यादा पुरूषोत्तम राम भनिएको हो । तसर्थ हामीले पनि उहाँको पथ, व्यवहार अनुसरण गर्नुपर्दछ । संसारमा कैयौँ देशमा ठूला-ठूला राममन्दिर सीतारामका मूर्तिहरू छन् । अन्य भगवान्भन्दा फरक तत्त्व राममा उहाँको रूप मूर्तिभन्दा रामनामको विशेष महत्त्व छ ।

पूजाविधि

यस पर्वमा पूजा गर्दा विष्णुपञ्चाङ्गविधिअनुसार गर्ने तर **'ॐ विष्णवे नमः' भन्ने मन्त्रको सट्टा ॐ 'श्री रामाय नमः'** भनी पूजा गर्नुपर्दछ । रामलाई विशेष मनपर्ने फल सिताफल, दाडिम र अन्य

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

खानेकुराहरू पनि **ॐ श्री रामाय नमः समर्पयामि** ! भनी चढाउने र सँगै सीतालाई पनि स्मरण गरी सबै पूजासामग्रीले पूजा फलफूल अर्पण गर्दै अतिरिक्त शृङ्गार सामग्री चढाउन सकिन्छ ।

आफ्नो पञ्चभक्तिअनुसार 'श्रीरामताण्डप महामन्त्र' जप गर्न सकिन्छ । मन्त्रः - **श्रीराम जयराम जय जय राम' ! हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे** !

पूजा सकिएपछि नजिकमा उपस्थित साधुसन्त, कन्या, ब्राह्मण र इष्टमित्रहरूलाई यथाशक्ति, फल, प्रसाद, भोजन, दान, टीका, दक्षिणा गर्नु गराउनु उत्तम हुन्छ ।

॥ॐ॥

दशमहाविद्यादेवी प्रार्थना मन्त्र

काली, तारा महाविद्या, षोडशी भुवनेश्वरी ।
भैरवी, छिन्नमस्तिका च विद्या घुमावती तथा
वगला सिद्धविद्या च मातंगी कमलात्मिका
एता दश-महाविद्याः सिद्धविद्याः प्रकीर्तिताः ।।

काली काली महाकाली कालिके पापनाशिनी ।
खड्गहस्ते मुण्डहस्ते काली काली नमोऽस्तु ते ।।

योनिमात्र शरीराय कुंजवासिनी कामदा ।
रजोस्वला महातेजा कामाक्षी ध्येयतां सदा ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

खण्ड घ

एकादशीमाहात्म्य

३१. व्रत–आरम्भ

श्रीमद्भगवद्गीतामा भगवान् श्रीकृष्णले भन्नुभएको छ - **"यज्ञदानतपः कर्म न त्याज्यं कार्यमेव"** अर्थात् यज्ञ, दान र तपस्या तीन कर्म महत्त्वपूर्ण छन् । मनुष्यले आफ्नो कर्तव्य सम्झी पालना गर्नुपर्दछ । शास्त्रमा व्रतहरूमध्ये सबभन्दा ठूलो व्रतको रूपमा एकादशी व्रत नै मानिएको छ । बारम्बार बिरामी भैरहने मानिसले विधिपूर्वक यो व्रत गर्नाले रोगबाट मुक्ति पाउँदछ । सुख, शान्ति र समृद्धि प्राप्तिका लागि एकादशी व्रत गर्नुपर्ने शास्त्रमा पाइन्छ ।

प्रत्येक महिनामा शुक्लपक्ष र कृष्ण पक्षमा गरी दुईवटा एकादशी हुन्छन् । सबै एकादशीका आ-आफ्नै किसिमका विशेषता छन् । शास्त्रमा बताइएअनुसार एकादशी व्रत ५ प्रकारका हुन्छन् । आफ्नो इच्छा, शक्ति र क्षमताअनुसार कुनै एक विधि अपनाएर यो व्रत गर्न सकिन्छ । जस्तैः-

निर्जल व्रत : जल पनि नपिइकन दिनभर व्रत गरी साँझ विष्णु आरतीपछि जल ग्रहण गरी बस्ने व्रत ।

उपवास : केवल जल, दूध, घिउ, चिया, जुसमात्र ग्रहण गर्न सकिने व्रत ।

नक्त व्रत : जल, दूध, घिउ, चिया, फल, जुस ग्रहण गरी साँझ विष्णु आरतीपछि फल ग्रहण (फलाहार) गर्न सकिने व्रत ।

एक भुक्त व्रत : कुनै पनि समयमा एक पटक मात्र फलाहार ग्रहण गरी गर्न सकिने व्रत ।

वृद्ध, अशक्त, बालक र रोगीहरूलाई भने शास्त्रले फलाहार ग्रहण गर्नछुट भए तापनि नुन, तेल, चामल वा चामलबाट बनेका परिकार ग्रहण गर्न सकिँदैन ।

समाजमा आजभोलि इच्छा लागेको समयमा चिया, दूध, घिउ, दही, फल, सुजी, जुनेलो, सेवै, सावदाना, कन्दमूल, आलु, आदि फलाहार जस्तोसुकै कपडा पहिरेर वा जस्तोसुकै ठाउँमा बसेर पनि

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ग्रहण गरी व्रत गर्ने गरेको पनि पाइन्छ । यस्तो व्रत आफू असक्षम वा अशक्त भएकोले गर्नु परेको भन्ने बुझिन्छ वा ज्ञानको अभावले गर्दा भएको हुन्छ । फलाहार ग्रहण गरेर पनि व्रत गर्न सकिन्छ तर व्रत सुरू गर्ने समयमा सङ्कल्प गर्दा निम्न वस्तुहरू .... (खाने चिजको नाम), दिनमा कतिपटक ग्रहण गर्ने (एकपटक - प्रातकाल), दोस्रोपटक (मध्यान्हकाल) र तेस्रो पटक (सन्ध्याकाल) बढीमा ..... भन्ने जस्ता वाक्य उच्चारण गरी गर्न सकिन्छ तर यसरी ग्रहण गर्दा शुद्ध व्यक्तिद्वारा तैयार गरी, शुद्धस्थानमा बसेर, आफ्नो शरीरमा पनि शुद्ध वस्त्र पहिरेर पात वा प्लेटमा **ॐ श्रीकृष्णार्पणमस्तु** ! भन्दै अर्पण गरेर मात्र ग्रहण गर्नु उत्तम हुन्छ । एकादशी व्रत बस्ने सबैका लागि ब्रह्मचर्य नियम पालन गर्नु अनिवार्य हुन्छ । व्रत जसरी पनि बस्न सकिएला तर साँच्चै कामनापूर्णको लागि आफ्नो अवस्थाअनुसारको विधि अपनाएर व्रत गरियो भने त्यसैअनुसारको फल तुरून्त प्राप्त भएको महसुस हुन्छ। व्रत आरम्भ गर्ने दिन आफ्नो मनोकामना स्मरण गर्दै सम्भव भएमा ब्राह्मणद्वारा सङ्कल्प गराउनु र व्रत समापनमा पनि यथाशक्य पूजा अर्चना गरी ब्राह्मण भोजन, दान-दक्षिणा अवश्य गर्नुपर्दछ । बीचको समयमा आफैले पूजा, आराधना, धुपबत्ती, आरती, जुन सम्भव हुन्छ त्यही गर्नुपर्दछ । घरमा दैनिक देवीदेवताको पूजा गर्ने भएमा विष्णु भगवान् वा लक्ष्मी नारायणको फोटो वा मूर्ति राख्नू र पूजा गर्नू तर अक्षताले पूजा गर्नु हुँदैन । यदि नभएमा एउटा शुद्ध स्थानमा फोटो वा मूर्ति, कलश राखेर धूपबत्ती मात्र भए पनि बाली ध्यान गर्नु गणेश भगवान्को पनि फोटो वा मूर्ति राखेर सर्वप्रथम नमस्कार गरी अन्य भगवान्को स्मरण गर्दै ध्यान नमस्कार गर्नुपर्दछ ।

पद्मपुराणमा बताइएअनुसार नियमपूर्वक एकादशी व्रत गर्ने मानिसका पितृहरूले पनि स्वर्ग प्राप्त गर्दछन् । पितृपक्षतर्फ दश पुस्ता, मातृपक्षतर्फ दशपुस्ता र पत्नीपक्षतर्फ दशपुस्ता सम्मका सबैले वैकुण्ठलोक प्राप्त गर्दछन् । पुत्र, धन र कीर्तिलाई बढाउने व्रत यिनै एकादशी हुन् । ग्रहणको समयमा स्नान, दान गर्नाले प्राप्त हुने पुण्य,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गाईदान, कन्यादान, स्वर्णदान, भूमिदान, अन्नदान, द्रव्यदान ... आदि गर्नाले जुन पुण्य प्राप्त हुन्छ, कठिन तपस्या/साधना, तीर्थयात्रा, अश्वमेधादि यज्ञ गर्नाले जुन पुण्य प्राप्त हुन्छ, यी सबैभन्दा अधिक पुण्य नियमपूर्वक एकादशी व्रत बस्नाले प्राप्त हुन्छ भन्ने व्याख्या शास्त्रमा पाइन्छ ।

३१:१. उत्पत्तिका एकादशी

एकादशी व्रतलाई सर्वश्रेष्ठ व्रतको रूपमा कसरी लिइन्छ ? किन एकादशी व्रत गर्ने ? पुण्यमयी एकादशी तिथि कसरी उत्पन्न भयो ? हिन्दु धर्मालम्बीहरूले किन पवित्र उत्तम व्रत मानेर गर्न थाले ? अनेक किसिमका कुतुहलता/जिज्ञासा उठ्नु स्वाभाविक हो । आज बुझेर, जानेर भन्दा पनि देखेर, नक्कल गरेर, आडम्बर देखाउने मानिस धेरै पाइन्छन् । केही मानिसले सच्चा मनले गरे पनि यथार्थ विषयवस्तु बुझ्दैनन्/खोज्दैनन्। मैले बेलाबखत राम्रोसँग सच्चा हृदयबाट भगवान्को पूजा-आराधना व्रत गर्ने, गैरव्याकरण (कर्मकाण्ड) मा शास्त्री आचार्य अध्ययन गरेका जस्ता व्यक्तिहरूसँग प्रसङ्ग जान्न खोज्दा यथार्थ अर्थ नपाएकोले मानिसहरू त्यसै सतहमा देखासिकी गरेको जस्तो अनुभव भएकोले वास्तविकता थाहा पाउन र जानकारी गराउन यस्तो उत्प्रेरणा पाएको हुँ ।

यी विषय प्रसङ्ग भविष्य पुराणसँग जोडिएका छन्। भविष्यपुराणमा लेखिएअनुसार कथा यसप्रकार छ। सत्ययुगको कुरा हो, चन्द्रावती नाम गरेको नगरीमा ब्रह्मासमान नाडीजङ्घ नाम गरेको दैत्यको मुर/मरू नामको दानवपुत्र बस्दथ्यो । त्यो दानव ज्यादै बलवान् र पराक्रमी थियो। स्वर्गका राजा इन्द्रलाई समेत इन्द्रासनबाट हटाई आफू स्वर्गको राजा भएको थियो । इन्द्र अरू देवताहरू र आफ्नो समेत त्यो दशा भएपछि निकै दुखित हुनुपर्‍यो । दुखित भएपछि शिवजीको आराधना गर्नुभयो र त्यसैबखत शिवजी प्रकट हुनुभयो । इन्द्रले मुर नामको दानवको सबै अत्याचार शिवजीलाई सुनाउनुभयो र तत्काले शिवजीबाट यो सबै कुरा विष्णुलाई बताउनु भन्ने आज्ञा भयो । तीनै लोकबाट

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

देवताहरूलाई हटाएर उसले राज्य गरेको, अत्याचार गरेको कुरा विष्णु भगवान्समक्ष बेलीविस्तार लगाइयो । विष्णु भगवान् देवताहरूको यो हालत सुनेर ज्यादै क्रोधित भई युद्ध गर्न तयार हुनुभयो । विष्णु भगवान् आफ्ना शस्त्र अस्त्रले त्यस राक्षसलाई प्रहार गर्न थाल्नुभयो तर त्यस राक्षसलाई कुनै प्रभाव परेन । विष्णु भगवान्का शस्त्र-अस्त्र राक्षसका शरीरमा लागेपछि त फूल बनेर खस्न थाले । यस्तो देखेर भगवान्ले मल्लयुद्ध गर्ने विचार गर्नुभयो । यस्तो युद्ध एक हजार वर्षसम्म चल्यो तर भगवान्ले त्यो राक्षसलाई मार्न सक्नुभएन । केही सीप नलागेपछि युद्धभूमि छोडेर अन्तर्ध्यान भएर बदरीकाश्रम जानुभयो । त्यहाँ हैमवती नाम गरेको गुफाभित्र गएर शयन गर्नुभयो । मुर राक्षस पनि पछि पछि खोज्दै गएको थियो । जब राक्षस हैमवती गुफामै पुग्यो त विष्णु भगवान् सुतिरहेको देखेर मार्ने विचार गऱ्यो । राक्षसले आफ्ना शस्त्र-अस्त्र ठीक पार्दै खड्ग उज्यायो । त्यसै बखत भगवान् श्री विष्णुको शरीरबाट एउटी अत्यन्त सुन्दरी, चार हात भएकी, महातेजोमयी कन्याको रूपमा शक्ति उत्पन्न भइन् र त्यस राक्षसको खड्ग खोसी त्यसका जगल्टा समातेर टाउको छिनाली मारिदिइन् । केही समयपछि भगवान् जागा हुनुभयो, तब दैत्य आफ्नो अगाडि मरेको र एउटी सुन्दर कन्या आफ्नो नजिकमा देखेर आश्चर्य हुनुभयो । ती शक्ति कन्यालाई सबै कुरा सोध्नुभयो । हे बालिके ! तिमी को हौ ? यस राक्षसलाई कसरी कसले माऱ्यो ? ती कन्याले बताइन् - म हजुरको शरीर/अङ्गबाट उत्पन्न भएकी शक्ति हुँ । यसले हजुरलाई मार्न लागेकोले मैले यसलाई मारेकी हुँ । भगवान् विष्णु आश्चर्यचकित पर्दै निकै खुसी हुनुभयो र ती कन्यालाई तिमीलाई मनमा लागेको वर माग, म जे मागे पनि दिन्छु भन्नुभयो । भगवान्को यस्तो वचन सुनेर कन्याले भनिन्-

उपवासञ्च नक्तञ्च एकभक्तं करोति यः ।
तस्मै धर्मञ्च वित्तञ्च मोक्षं देहि जनार्दन ।।

आजको तिथिमा जुन भक्त एकमुक्त, नक्तमुक्त वा निराहार व्रत गर्दछ उसका लागि म ब्रह्महत्याजस्ता सम्पूर्ण पापबाट मुक्त गर्न सकुँ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मेरो नाम पनि आजकै तिथिअनुसार प्रख्यात रहोस् । आजको दिनमा जसले मलाई मेरो नामले ध्यान गरेर व्रत बस्छन् ती मानिसहरू करोडौं कल्पसम्म हजुरको धाममा बस्न पाऊन् । मेरो नाममा ध्यानमग्न भएर उपवास गर्ने उपवासकर्ताहरूको धर्म, धन, पुत्र, मोक्ष, सफलता, पापमोचन वा उनीहरूको चाहना पूरा गर्न सकुँ भनेर वरदान मागेपछि विष्णु भगवान्ले निकै हर्षित मुद्रामा भन्नुभयो - हे कल्याणी तिमीले जे वर माग्यौ, त्यो सम्पूर्ण पूरा हुनेछ भनेर- **तथास्तु** ... ! भन्नुभयो ।

त्यो दिन मंसिर महिनाको कृष्णपक्षको एकादशी तिथि परेको हुनाले उनको नाम एकादशी रहनगयो । एकादशीको दिन उत्पन्न भएकोले त्यस दिनको नाम उत्पत्तिका एकादशी रहन गयो । प्रत्येक महिनामा पर्ने कृष्णपक्षकी एक र शुक्ल पक्षकी एक गरी बाह्र महिनामा २४ एकादशी पर्दछन् भने हरेक अढाइ वर्षमा पर्ने (अधिकमास) पुरूषोत्तम मास दुईवटा गरी जम्मा २६ एकादशी तिथि पर्दछन् । ब्रह्मवैवर्त पुराणअनुसार कृष्णपक्ष वा शुक्लपक्ष दुवै पक्षका एकादशी समान फल प्रदान गर्ने भएकोले भेदभाव गरिनु हुँदैन । एकादशीको एक दिन अघि र एक दिनपछि पनि यी आठ कुरा छोड्दा उत्तम मानिन्छ ।

दिवानिद्रा परान्नं च पुनर्भोजनमैथुने ।
क्षौरं कास्यामिषे तैलं द्वादश्यामष्ट वर्जयेत् ।।

दिउँसो नसुत्नु, दुईपटक भोजन, मैथुन, क्षौरकर्म, काँसको थालमा भोजन, आमिलो वस्तु, अमिलो तेल जस्ता पदार्थको प्रयोग आदि द्वादशी तिथिमा पनि गर्नु हुँदैन ।

एकादशी व्रत तीन तरिकाले प्रारम्भ गर्न सकिन्छ । पहिलो, यो व्रत आरम्भ गर्ने उत्तम समय/तिथि मार्ग कृष्णपक्षको उत्पत्तिका एकादशीबाट नै हो । यसरी आरम्भ गरी कार्तिक शुक्लपक्ष हरिबोधनी तिथिमा समाप्त गर्नुपर्ने हुन्छ । मंसिर महिनाको कृष्ण पक्षको उत्पत्तिका एकादशी तिथिवाट सङ्कल्प गरी वर्षभरिका सम्पूर्ण एकादशीहरूमा विधिपूर्वक गरिने व्रत वार्षिक व्रत हो । दोस्रो, आषाढ शुक्लपक्षको हरिशयनी एकादशीबाट आरम्भ गरी कार्तिक कृष्णपक्षको हरिबोधनी एकादशीसम्म गरिने व्रतलाई चतुर्मास व्रत भनिन्छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

तेस्रो, आषाढ शुक्लपक्षको हरिशयनी एकादशीमा महिरी (तुलसी मठ)/गमलामा तुलसी रोपी पूजा गरी सोही दिन मात्र व्रत बस्ने र कार्तिक महिनाको हरिबोधनी एकादशीमा हुर्केको तुलसीको पूजा अर्चनासहित दामोदरसँग विवाह गराई सोही दिन मात्र व्रत पनि गरिन्छ।

व्रत जुन प्रकारले बसे तापनि आफूले व्रत गरेकी एकादशीको नाम जान्नु र सोहीअनुसार श्लोक उच्चारण गरी ध्यान, पूजा गर्नु आवश्यक हुन्छ। पूजा गर्दा विष्णुपूजा विधिअनुसार गर्नुपर्दछ। सम्भव भएसम्म व्रत बस्ने एकादशीको रातमा इष्टमित्र भेला भएर भजन, कीर्तन, जाग्राम बस्नु पनि उत्तम हुन्छ। सके रातभर, नभए मध्यरातसम्म। केहि महत्त्वपूर्ण मन्त्र यसप्रकार छन्। तुलसीस्तोत्रम् पृष्ठ नं २२७ मा उल्लेख गरिएको छ।

एकादशीमा उपवास बस्दा भन्ने मन्त्र :

इदं व्रतं मया देव गृहीतं पुरतस्तव
निर्विघ्नं सिद्धिमायातु प्रसादात्तव केशव ।।

चतुर्मासभरी तुलसीपूजन गर्दा भन्ने मन्त्र :

वृन्दा वृन्दावनी विश्वपूजिता विश्वपावनी ।
पुष्पसारा नन्दिनी च तुलसी कृष्णजीवनी ।
एतन्नामाष्टकं चैव स्तोत्रं नामार्थसंयुतम् ।।

तुलसीदर्शन गर्दा भन्ने मन्त्र :

प्रसीद मम देवेशि कृपया परया सदा ।
अभीष्टफलसिध्यर्थं कुरु मे माधवप्रिये ।।

तुलसीपत्र टिप्दा भन्ने मन्त्र :

तुलस्यमृतजन्मासि सदा त्वं केशवप्रिया ।
चिनोमि केशवस्यार्थे वरदा भव शोभने ।।
त्वदङ्गसम्भवैः पत्रैः पूजयामि यथा हरिम् ।
तथा कुरु पवित्राङ्गि ! कलौ मलविनाशिनि ।।

तुलसी गायत्री :

ॐ तुलस्यै च विद्महे विष्णुप्रियायै च धीमहि तन्नो वृन्दा प्रचोदयात् !

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३१:२. मोक्षदा एकादशी

पापहरूलाई नास गर्ने उत्तम एकादशी मोक्षदा हुन् । मार्ग शुक्लपक्षमा पर्ने यी एकादशीको दिन तुलसीको मञ्जरीसहित भगवान् दामोदरको पूजा गर्नुपर्दछ । जसका पितृहरू नरकमा परेका हुन्छन्, आफूले पनि जानेर वा नजानेर पाप गरिएको हुन्छ भने त्यस्ता सम्पूर्ण पापहरू यस दिन यिनै मोक्षदा एकादशीको व्रत गर्नाले मोक्ष हुन्छन् ।

३१:३. सफला एकादशी

पौष कृष्णपक्षमा पर्ने यी एकादशी सफला नामले चिनिन्छिन् । यिनको व्रत गर्नाले आफ्नो काममा सफलता प्राप्त हुन्छ । आफूले गर्न चाहेको क्षेत्रमा सफलता प्राप्त गर्न सफला एकादशीको व्रत नियमपूर्वक गर्नुपर्दछ । नागहरूमा शेष, पन्छीहरूमा गरूड, देवताहरूमा विष्णु, यज्ञहरूमा अश्वमेध र नदीहरूमा गङ्गा उत्तम मानिएजस्तै एकादशीहरूमा यिनै उत्तम मानिन्छिन् । यस दिनमा नरिवल, अमला, दाडिम, सुपारी, ल्वाङ, बयर आदिबाट नारायण श्रीहरिको पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:४. पुत्रदा एकादशी

पौष शुक्लपक्षमा पर्ने यी एकादशी पुत्रदा नामले चिनिन्छिन् । यी शुक्ल एकादशीको विधिपूर्वक व्रत गर्नाले पुत्र प्राप्ति नभएका मानिसहरूलाई पुत्र प्राप्ति हुने र भएकाहरूले गरेमा पुत्रको विद्या, धनधान्य बढ्छ । पुत्र नभएका राजाले यो व्रत गरेर पुण्यवान् र राज्य सञ्चालन गर्न सक्षम पुत्र जन्मेको कथा प्रसङ्ग पाइन्छ यस व्रत गर्दा नारायण देवता रलक्ष्मीलाई शक्तिस्वरूप स्मरण गर्दै पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:५. षट्तिला एकादशी

माघ कृष्णपक्षमा पर्ने यी एकादशी षट्तिला नामले प्रसिद्ध छिन् । यस दिनमा तिलको तेल घसी, तिलयुक्त जलले नुहाउने, तिलयुक्त चरू हवन गर्ने, तिलदान गर्ने, तिलयुक्त जल पिउने, तिलकै भोजन गर्ने जस्ता ६ प्रकारका तिलयुक्त कर्म गर्नु पर्ने हुनाले यिनको नाम षट्तिला भएको हो । चन्दन, कपूर, नैवेद्य ... आदि सामग्रीले श्रीहरिको पूजा गरी श्रीकृष्णको नाम बारम्बार उच्चारण गर्दै पूजा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गर्नुपर्दछ । यस दिनमा कालो गाई वा कालो तिलको दान र राति जाग्राम बस्नु उत्तम मानिन्छ ।

३१:६. जया एकादशी

माघ शुक्लपक्षमा पर्ने यी एकादशी जया नामले प्रसिद्ध छिन्। यिनको व्रत गर्नाले पिशाचत्वबाट मुक्त भइन्छ। ब्रह्महत्यासम्म पापनाश हुन्छन्, सम्पूर्ण श्रापहरू नष्ट हुन्छन् भन्ने कुरा पद्मपुराणमा लेखिएको छ। यस दिन माधव देवता र रूक्मणी शक्तिलाई स्मरण गर्दै पूजा गर्नुपर्दछ।

३१:७. विजया एकादशी

फाल्गुन कृष्णपक्षको तिथिमा पर्ने यी एकादशी विजया नामले चिनिन्छिन्। मर्यादा पुरूषोत्तम रामले वकदाल्भ्य ऋषिको सल्लाहअनुसार आफू र सेनासहित यिनै एकादशीको व्रत गरी लङ्कामा युद्ध गर्नुभएको थियो र विजय प्राप्त भएको हो भन्ने कथा पाइन्छ तसर्थ आफूले विजय प्राप्त गर्नको लागि दशमीको दिनदेखि विधिपूर्वक आरम्भ गरी सुनको लक्ष्मीनारायणको प्रतिमालाई कुम्भको अगाडि राखेर जाग्राम गरी द्वादशीको दिनमा ब्राह्मणलाई दान गर्नेजस्ता कर्म विधिपूर्वक गर्नुपर्दछ। यस दिन अच्युतनारायण र धात्रीशक्तिको स्मरण गर्नु उत्तम हुन्छ ।

३१:८. आमलकी एकादशी

फागुन शुक्लपक्षमा पर्ने यी एकादशीको नाम आमलकी एकादशी हो यिनको व्रत गर्नाले हजार गाईदान सरहको फल पाइन्छ । भगवान् विष्णुको मुखबाट प्रकट भएको कान्तिमान विन्दु पृथ्वीमा खसी उत्पन्न वृक्ष 'अमला' सँग यो प्रसङ्ग जोडिएको पाइन्छ। त्यसैले अमलाको वृक्षलाई सर्वदेवमय मानिन्छ । परशुरामको पूजा गर्नु, अङ्गपूजा गर्नु, अमलाको प्रसाद नभए बोट वा पातलाई भए पनि स्पर्श गरी ब्राह्मणलाई भोजन गराई समापन गर्नु उत्तम हुन्छ ।

३१:९. पापमोचनी एकादशी

चैत्र महिनाको कृष्णपक्षमा पर्ने यी तिथि पापमोचनी एकादशीको नामले प्रसिद्ध छिन्। यिनको व्रत गर्नाले पिशाच योनीमा परेकाको पनि सम्पूर्ण पाप भष्म हुन्छ । ब्रह्महत्या, सुनचोरी, महापातकी श्रापजस्ता

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पापहरू पनि यहीँ व्रत गर्दा नष्ट हुन्छन् । यो दिन अनिरूद्र नारायण र मित्रवृन्दा शक्तिको स्मरण गरी पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:१०. कामदा एकादशी

चैत्र शुक्लपक्षमा पर्ने यस तिथिको नाम कामदा एकादशी हो । जुन कामना सङ्कल्प गरेर व्रत आरम्भ गरिन्छ सोहीअनुसार फल दिने एकादशी यिनै हुन् । यो व्रत आफूले अरूको लागि पनि गरिदिन सकिन्छ (आमाले, पुत्र वा पुत्री, पत्निले पतिको लागि आदि) ब्रह्महत्या, पिशाचत्व दोष वा वाजपेय यज्ञ गरेको फल यही व्रत बस्नाले प्राप्त हुन्छ भन्ने कुरा वराह पुराणमा बताइएको छ । भगवान् वासुदेवको सामुन्नेमा रही आफ्नो इच्छा स्मरण गर्दै विधिपूर्वक पूजा गर्नाले तुरून्त फल प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

३१:११. वरुथिनी एकादशी

वैशाख कृष्णपक्षमा पर्ने यी एकादशीको नाम वरूथिनी हो । यस दिन व्रत गर्नाले पाप नाश भई सुखशान्ति सौभाग्य प्राप्ति हुन्छ भनी भगवान् श्रीकृष्णले भन्नु भएको प्रसङ्ग पाइन्छ । सूर्यग्रहणको समयमा सुवर्णदान गरे सरहको फल यस दिन व्रत गर्नाले हुन्छ । यस दिन व्रत गर्नेले निम्न दस कुरामा ध्यान दिनु अनिवार्य छ । दशमीको दिनमा एकपटक मात्र सात्त्विक भोजन गर्ने, काँसको थालमा भोजन नगर्ने, मांस, मसुरो, चना, कोदो, साग, मह, ब्रह्मचर्य पालना गर्नुपर्छ र अन्य निषेध वस्तु (कुकर्म), छोड्नुपर्दछ । भगवान् जनार्दनको स्मरणमा पूजा गर्नु र जाग्राम बस्नु उत्तम मानिन्छ ।

३१:१२. मोहिनी एकादशी

वैशाख महिनाको शुक्लपक्षको एकादशीको नाम मोहिनी एकादशी हो । यिनको व्रत गर्नाले मोहजालबाट छुटकारा पाउन सकिन्छ । यी एकादशीको बारेमा कुर्मपुराणमा सरस्वती नदीको किनारमा रहेको भद्रावती नामको सुन्दर सहर, द्युतिमान नाम गरेका चन्द्रवंशीय र सत्यप्रतिज्ञ राजाको प्रसङ्ग पाइन्छ । पापी, अत्याचारी र दुर्गुण मानिसका पनि यो व्रत गरेपछि सम्पूर्ण पापहरू नाश हुन्छन् । यो व्रत गर्दा माधवी शक्ति र मधुसूदनको नाम स्मरण गरी दूध दान गर्दा उत्तम हुन्छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३१:१३. अपरा एकादशी

जेष्ठ कृष्णपक्षमा पर्ने यो तिथि अपरा एकादशीको नामले प्रसिद्ध छ । ब्रह्महत्या, गोत्रहत्या, गर्भहत्या, अरूको निन्दा, परस्त्रीलम्पट, झुठो गवाही, नापतौलमा गोलमालजस्ता गल्ती गरेका मानिसले यो व्रत गर्नाले क्षमा प्राप्त गर्न सक्दछन् भनेर भगवान् श्रीकृष्णले युधिष्ठिर महाराजलाई बताउनुभएको कथा प्रसङ्ग पाइन्छ । अपरा एकादशीको उपवास गरेर भगवान् वामनको पूजा गर्नुपर्दछ । सूर्य ग्रहणको समयमा कुरूक्षेत्रमा यज्ञ गरी हाथी, घोडा र सुवर्ण दान गर्दा जुन फल प्राप्त हुन्छ, यी एकादशीको उपवास विधिपूर्वक गर्नाले पनि उत्ति नै फल प्राप्त हुन्छ । यस दिन प्रद्युम्न देवता र कालिन्दी शक्तिको पूजा गर्नुपर्दछ।

३१:१४. निर्जला एकादशी

ज्येष्ठ शुक्लपक्षमा पर्ने यो तिथि निर्जला एकादशीको नामबाट चिनिन्छिन् । अरू एकादशीमा फलाहार ग्रहण गरिए तापनि यस एकादशीको नाम नै निर्जला रहेकोले यस दिनमा जल पनि ग्रहण गर्नु हुँदैन भन्ने मान्यता छ । गर्मी समयमा पर्ने तर जल पनि पिउन नसकिने हुनाले अलि कष्टकर हुनसक्दछ । वर्षभरिका एकादशीको व्रत नबसे पनि केवल यिनै निर्जला एकादशीको व्रत-विधिपूर्वक गर्नाले वर्षभरि नै पूरा उपवास गरेको फल प्राप्त हुन्छ । एकादशीको सूर्योदयदेखि द्वादशीको सूर्योदयसम्म जल पनि नखाई पितृहरूको नाममा पङ्खा, छाता, कपडाको जुत्ता, सुन, चाँदी, फल, घडा (भरिएको) दान गर्नु र सर्वत सबैलाई खुवाउनु उत्तम मानिन्छ । द्वादशीको दिन ब्राह्मणलाई, कन्यालाई टीका लगाई दक्षिणा दिई भोजन गराउनु, यथाशक्य दान दिनु पर्दछ । यो दिन झुटो नबोल्नु, क्षमा गर्नु, क्रोध नगर्नु, अश्लिल दृश्य, चित्र नहेर्नु, मनमा शङ्का, उपशङ्का तथा नराम्रा कुराहरू नसोच्नु, मनमा मुखमा केवल श्रीमद्भागवत पुराणको मुख्य सार द्वादशाक्षरी महामन्त्र "**ॐ नमो भगवते वासुदेवाय**" भनी मन्त्र जप गर्नु, यसो गर्नाले पूर्ण फल प्राप्त गर्न सकिन्छ । नियमपूर्वक व्रत गर्नाका निमित्त यस दिन उद्योग, व्यापार, नोकरी सबैबाट विदा लिई मोबाइल/फोन

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

बन्द गरी ब्राह्मणबाट कथा श्रवण वा यस्तै धार्मिक महिमाको महत्त्व सुनेर घरमा मन्दिरमा, आश्रममा रहनु र रात्रिमा जाग्राम रहनु उत्तम हुन्छ। व्यासले भीमसेनलाई उपदेश गरेकोले यसलाई पाण्डवी एकादशी पनि भनिन्छ । यस दिन त्रिविक्रम नारायणको यथाशक्तिको पूजा गरी श्रीहरिलाई प्रणाम गर्नुपर्दछ। आजको दिन नै तुलसीको बीजारोपण गरी बीजारोपण स्थानको विधिपूर्वक पूजा गर्नुपर्दछ। तुलसीस्तोत्र पाठ गर्दा उत्तम हुन्छ।

३१:१५. योगिनी एकादशी

आषाढ महिनाको कृष्णपक्षको एकादशीको नाम योगिनी हो। यी योगिनी एकादशीको व्रत विधिपूर्वक गर्नाले महापापको नष्ट हुन्छ। आफ्नो प्रियतमसँग बिछोड भएर तड्पिनुपरेको छ भने मिलन, मिलनमा भए गाढा प्रेम हुन्छ । यदि कसैको श्रापले दुःख-कष्ट भोग्नु परेको छ भने यो व्रत गर्नाले सम्पूर्ण श्रापको दोष नाश हुन्छ भन्ने कथा पुराणमा बताइएको छ । यस उत्तम व्रतको अनुष्ठान गर्नाले अठासी हजार ब्राह्मणलाई भोजन गराउँदा जुन फल पाइन्छ त्यही समान फल पाइन्छ। यस दिन नृसिंह देवता र क्षेमकरा शक्तिको नामले पूजा गर्नुपर्दछ।

३१:१६. हरिशयनी एकादशी

आषाढ महिना शुक्लपक्षमा पर्ने यस तिथिको पूरा नाम पद्मा (देवशयनी हरिशयनी) हो । यस दिन भगवान् विष्णु शयन गर्नुहुन्छ भने कार्तिक शुक्लपक्षको हरिबोधनी एकादशीमा जागा हुनुहुन्छ । यसै दिनदेखि चर्तुमास एकादशीको व्रत आरम्भ हुन्छ । यसै तिथिमा आफ्नो घरको महिरोमा तुलसी रोपिन्छ र पूजाआजा गरिन्छ। चतुर्मास व्रत गर्ने मानिसले प्रतिदिन तुलसीको पूजा गरी जल खाने पनि महत्त्व छ। चतुर्मासभर व्रत गर्ने मानिसले सके चतुर्मासभर, नसके एकादशीको एक दिन अगाडि र पछाडि वा छ घण्टा अगाडि र पछाडि निम्न वस्तुहरू सेवन नगर्दा उत्तम मानिन्छ। जस्तै : प्याज, लसुन, गोलभेँडा, भान्टा, करेला, परवर, कुभिन्डो, राजमा, मूला, गाजर, मसुरो, वयर,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अमला, लौका, भटमास, अमिलो-पीरो आदि । यस दिन हृषिकेश नारायणको स्मरण गर्दै पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:१७. कामिका एकादशी

श्रावण महिनाको कृष्णपक्षमा पर्ने एकादशीको नाम कामिका एकादशी हुन् । यिनको व्रत गर्नाले वाजपेय यज्ञ गरेको फल प्राप्त हुन्छ । यस दिन श्रीधर, हरि, विष्णु, माधव र मधुसूदन नामबाट भगवान्को पूजा गर्नुपर्दछ । दिनभर व्रत बसेर राति दीपदान गर्दा असङ्ख्य फल मिल्दछ । ब्रह्माजीले नारदलाई यी एकादशीको माहात्म्य बताउँदै भन्नुहुन्छ : दुहुनो गाई पूजाविधिद्वारा दान गर्नु र कामिका एकादशीको व्रत गर्नु बराबर कर्म हुन् । यस दिन पुरूषोत्तम देवता र विजया शक्तिको नाममा पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:१८. पुत्रदा एकादशी

श्रावण महिनाको शुक्लपक्षमा पर्ने एकादशी पुत्रदा हुन् । यी एकादशीको व्रत गर्नाले पुत्र प्राप्तिको इच्छा पूरा हुन्छ । साथै मनको चाहना, कामना पूर्ण भई सुख शान्ति हुन्छ । कामना तथा सिद्धिका दाता भगवान् श्रीकृष्ण यस तिथिको अधिदेवता हुनुहुन्छ । गर्भवती गाईले तलाउमा पानी पिउँदै गर्दा गाईलाई धपाई आफूले पानी पिएकोले राजा पापमा परी निःसन्तान हुनुपरेको थियो । यसबाट मुक्ति लागि पुत्रदा एकाशीको व्रत गरेर मात्र पुत्र प्राप्त गर्न सकेको कथा माहात्म्य श्रीकृष्ण भगवान्ले बताउनुभएको छ । यस दिन श्रीधर देवता र मतिकान्ति शक्तिको नाममा पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:१९. अजा एकादशी

भाद्र महिनाको कृष्णपक्षमा पर्ने यी एकादशी अजा एकादशी नामले प्रसिद्ध छन् । यी एकादशीको व्रत गर्नाले आफूले भोगिरहेको दुःख, कष्ट, वियोगजस्ता घटनाबाट तुरून्त मुक्ति पाउन सकिन्छ भन्ने कुरा ब्रह्माण्ड पुराणमा सूर्यवंशमा ३१ औं पिँढीमा हरिश्चन्द्र नाम गरेका अयोध्यामा बस्ने चक्रवर्ती राजाको कथा प्रसङ्ग पाइन्छ । यस दिन अथोक्षज भगवान्को र रूक्मिणी शक्तिको पूजा आराधना गर्नुपर्दछ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३१:२०. हरिपरिवर्तनी एकादशी

भाद्र महिनाको शुक्लपक्षमा पर्ने यो तिथिको नाम हरिपरिवर्तनी एकादशी हो यिनलाई वामन पनि भन्दछन् । यस दिन शैयामा सुतिरहनुभएका भगवान् विष्णु अर्कोतर्फ फर्किनुहुन्छ भन्ने भनाइ छ । भगवान् वामनको स्मरणमा हृषिकेशको पूजा गरी जल भरिएको घडा वस्त्रले ढाकेर दही, चामल र रूपैयाँका साथ छाता र जुत्ता ब्राह्मणलाई दान दिनु अति उत्तम हुन्छ । दान दिँदा मेरो एकादशीको व्रत अनुष्ठान पूर्ण होस्, सम्पूर्ण पाप, दुःख-कष्ट नाश होस् **ॐ श्री कृष्णार्पणमस्तु** ! भन्दै गर्नु राम्रो हुन्छ ।

३१:२१. इन्दिरा एकादशी

आश्विन कृष्णपक्षमा पर्ने एकादशी इन्दिरा एकादशीको नामबाट प्रसिद्ध छन् । यसको व्रतको प्रभावले महापाप नाश हुनुको साथै पितृहरूको समेत उद्धार हुन्छ । यस दिन छोरीको छोरालाई साथमा राखेर मध्यान्हकालमा श्राद्ध गरी अन्नको पिण्डलाई सुँघेर गाईलाई खान दिई ब्राह्मणलाई दक्षिणा भोजन गराउँदा पितृहरू प्रसन्न हुने कुरा ब्रह्मवैवर्त पुराणमा बताइएको छ । यस दिन जनार्दन देवता र सुप्रभा शक्तिको पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:२२. पापाङ्कुशा एकादशी

आश्विन शुक्लपक्षमा पर्ने यी तिथि पापाङ्कुशा एकादशीको नामबाट चिनिन्छिन् । नवरात्र समयभरि भगवान् श्रीरामले दुर्गा भवानीको आराधना गरी दशमीको दिन रावणको बध गर्नुभएको थियो । हुन त रावणको स्वभाव र कर्म राक्षसको जस्तो भए पनि वंश ब्राह्मणको थियो । यसैले ब्राह्मण वंशको रावणलाई हत्या गर्दा ब्रह्महत्या लाग्ने भएकोले ब्रह्महत्याको दोष निवारण गर्नका लागि मर्यादा पुरूषोत्तम श्री रामले यिनै एकादशीको व्रत गर्नुभएको थियो । लक्ष्मण, सीता, भालु, बाँदर सबैले यो व्रत गरेका थिए । राजसूययज्ञ, अश्वमेध यज्ञ, अतुल दान, हजार पटक गरेभन्दा बढी फल यी एकादशीको व्रत विधिपूर्वक गर्नाले हुन्छ भनी ब्रह्माण्ड पुराणमा विस्तृत बताइएको छ । यस दिन पद्मनाभ भगवान्को पद्माशक्तिको पूजा गर्नुपर्दछ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३१:२३. रमा एकादशी

कार्तिक कृष्णपक्षमा पर्ने एकादशी ज्यादै उत्तम रमा नामले सर्वत्र प्रसिद्ध छिन् । पूर्वकालमा राजाहरूले आफ्नो राज्यमा दशमीको दिन भोलि कसैले पनि केही नखानु भनेर झ्याली, दमाहा ठोक्न लगाउँथे । यी एकादशी चिन्तामणि तथा कामधेनुको समान सबै मनका इच्छा पूर्ण गराउनुका साथै, सुख, शान्ति र समृद्धशाली छन, भनी भगवान् श्रीकृष्णले युधिष्ठिर राजालाई बताउनुभएको छ । यस दिन श्रीकृष्ण देवता र सत्यभामा शक्तिको नामले पूजा गर्नुपर्दछ ।

३१:२४. हरिबोधनी एकादशी

कार्तिक शुक्लपक्षमा आउने एकादशी (प्रबोधिनी) हरिबोधनी एकादशीको नामले सवर्त्र प्रसिद्ध छिन् । हरिशयनी एकादशीमा शयन गर्नुभएका विष्णु भगवान् हरिपरिवर्तनी एकादशीका दिन कोल्टो फेर्नुहुन्छ भने आजको दिन जागा हुनुहुन्छ । त्यस कारण यसको नाम देवोत्थान पनि भनिएको छ । यस एकादशीको भक्तिपूर्वक उपवास गर्नाले ऐश्वर्य, सम्पत्ति, सुख, शान्ति र उत्तम बुद्धि प्राप्त हुन्छ । यिनै एकादशीको महत्त्वले गर्दा नै कार्तिक महिनाभरि भगवान् जनार्दनको तुलसीपत्र र फूल अर्पण गरी प्रतिदिन दर्शन, स्पर्श, ध्यान, स्तवन, अर्पण, नाम, कीर्तन र नित्यपूजन गर्दा अति उत्तम हुन्छ । यी एकादशीको व्रतबाट नजानीकन वा भुलवस भएका अपराध, भ्रष्टाचार र अन्यायजस्ता कुकृत्य पापहरूको पनि नाश हुन्छ । हरिशयनी एकादशीमा रोपिएको तुलसीको विवाह आजकै दिनमा गर्ने चलन छ । कार्तिक महिनामा भगवान्को पूजा गर्दा तुलसीपत्र, फूल, फलद्वारा गर्नुपर्दछ । आफ्नो घर आँगनमा रोपिएकी तुलसीको सम्भव भएमा दैनिक नभएमा प्रत्येक एकादशीको दिनमा पूजा-अर्चना गर्नु, जरामा जल राख्नु, तुलसीजल सेचन गरी, शिरले ढोग गर्नु वृक्षको नजिक दीप प्रज्वलन गर्नु उत्तम मानिन्छ । तुलसीको पूजा गर्दा '**ॐ श्रीवृन्दायै नमः, ॐ तुलस्यै नमः**' भनी गर्नुपर्दछ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३१:२५. परमा एकादशी

अधिकमास कृष्णपक्षको यो तिथि परमा एकादशीको नामले ज्यादै प्रसिद्ध छिन् । अधिकमासमा पर्ने एकादशीको व्रतबाट लक्ष्मी प्रसन्न हुन्छिन् र गरिबी हटेर जान्छ । यक्ष वंशका राजा कुवेर पनि यिनै एकादशीको व्रतको प्रभावले धनी बनेका हुन भन्ने कथा छ । यस समयमा ब्रह्ममुहूर्त समयमा उठी भगवान् पुरूषोत्तमलाई स्मरण गरी स्नान गरेर जप गर्नाले लाखौं गुणा फल मिल्दछ, जस्तै भगवान् सुदर्शन चक्रधारी श्री विष्णुको नजिकमा रहेर जप गरेमा अनन्तगुणा, शिवधाम, तीर्थ, देव मन्दिर र तुलसीको मठ नजिक रहेर गर्नाले लाख गुणा र घरमा, गाईगोठमा वा नदी किनारमा रहेर जप गर्नाले सय गुणा फल पाइन्छ ।

३१:२६. पद्मिनी एकादशी

अधिकमास शुक्लपक्षको यी तिथि पद्मिनी एकादशीको नामबाट चिनिन्छन् । यो तिथि ३२ महिनामा १६ दिन बितेपछि मात्र आउँदछ । यसमा पनि परमा एकादशीको जस्तै स्थानअनुसार मात्र जप्नाले फल मिल्दछ । यस दिन महादेव शिव र महादेवी पार्वतीको पूजा अर्चना गरिन्छ । पुत्रेष्टी यज्ञ तथा विभिन्न विधिहरू सम्पन्न गर्दा समेत राजाले एक सय वटी रानीहरू बनाउँदा समेत पुत्र प्राप्त गर्न नसकेपछि यिनै एकादशीको व्रत विधिपूर्वक गर्नाले कार्तवीर्य नाम गरेका महाशक्तिशाली पुत्र पाएका थिए भन्ने कथा प्रसङ्ग छ । युधिष्ठिर महाराजले पनि पत्नी र भाइ भतिजहरूका साथ यो व्रत गर्नुभएको थियो ।

॥ॐ॥

ॐ नमस्तुभ्यं भगवते, वासुदेवाय धीमहि ।
प्रद्युम्नायानिरुद्धाय नमः सङ्कर्षणाय च ॥

श्रीकृष्ण गोविन्द हरे मुरारे ।
हे नाथ ! नारायण वासुदेव ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

तीर्थस्थल

३२. तीर्थ महत्त्व

परापूर्वकालदेखि तीर्थको महत्त्व भएको कुरा विष्णुधर्मसूत्र, महाभारत, लघुस्मृति र पुराणहरूमा उल्लेख भएको पाइन्छ। तीर्थस्थलमा गएर स्नान, जप, तप, पूजा, ध्यान, दान गरिसकेपछि फल पाउने कुरामा निर्धक्क हुन सकिन्छ, तर आफूले कसरी गरियो त्यसमा भर पर्दछ। तीर्थाटन गर्न भन्न सजिलो छ, तर नियमपूर्वक गर्न भने अलि ध्यान नै पुऱ्याउनु पर्दछ, नत्र त्यो केवल रमाइलो भ्रमण हुन जान्छ। धन र समयको नोक्सान मात्र हुन्छ तसर्थ तीर्थ यात्रा गर्दा निम्न कुराहरूमा ध्यान पुऱ्याएर गरेमा सफल र फलदायी तीर्थाटन हुने कुरा शास्त्रअनुसार निश्चित छ। **श्रद्धावान् लभते ज्ञानम्** ! (श्रद्धा हुनेले मात्र ज्ञान पाउन सक्छ।) **तीर्थं परं किं स्वमनो विशुद्धम्** ! (आफ्नो पवित्रमनभन्दा अरू कुन तीर्थ छ र ? भगवान्‌को नाम स्मरण गर्दै सङ्कीर्तन गर्नु विशेष तीर्थ हो।) यी कुराहरूलाई स्कन्दपुराणमा यसरी भनिएको छ :

अश्रद्दधानः पापात्मा नास्तिकोऽच्छिन्नसंशयः ।
हेतुनिष्ठश्च पञ्चैते न तीर्थफलभागिनः ।।

अर्थ : श्रद्धा नभएको, पापात्मा, नास्तिक, शङ्कालु, कारण विशेषले निन्दा गर्ने व्यक्तिले तीर्थको फल पाउँदैनन्।

जस्तै : अथर्ववेदमा तीर्थको वर्णन यसरी गरिएको छ :

तीर्थस्तरन्ति प्रवतो महीरिति यज्ञकृतः सुकृतोयेन यान्ति ।
अत्रादधुर्यजमानाय लोक, दिशो भूतानि यदकल्पयन्त ।।

अर्थ : मनुष्य तीर्थको सहायताले वा तीर्थ गर्नाले ठूला-ठूला विपत्तिहरूबाट बच्न सक्दछ, जसबाट धेरै पापहरू नष्ट हुन्छन्। ठुलाठूला यज्ञ गर्ने तपस्वी, भक्तहरू जुन बाटोबाट मोक्ष पाउँछन् र सोही बाटोबाट नै तीर्थयात्रीहरूले पनि स्वर्ग मोक्ष पाउँछन्।

तीर्थ दुई प्रकारका मानिएका छन् :

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(क) मानस तीर्थ : सत्य, क्षमा, इन्द्रियनिग्रह, सर्वभूतदया, आर्जव, ज्ञान, धृति, तप, चित्तशुद्धि ।

(ख) भौम तीर्थ : अद्भूत प्रभाव भएको भूमि र जल, साधुजनको निवास भएको स्थान विशेष ।

मुख्यतः हाम्रा शरीरका इन्द्रियहरू ज्ञानेन्द्रिय र कर्मेन्द्रियको ठूलो भूमिका रहन्छ । नाक, कान, आँखा, जिब्रो र छाला (ज्ञानेन्द्रियलाई आफ्नो वशमा राख्नुपर्दछ । जस्तै आँखाले अश्लील नाच, दृश्य, फोटो, खराब विचारले देख्न सक्छ, त्यता ध्यान नदिनू र मुख, हात खुट्टा, मलद्वार (कर्मेन्द्रिय) लाई पनि आफ्नो वशमा राख्नु नितान्त आवश्यक हुन्छ । यी सबैलाई वशमा राख्ने अर्को तत्त्व मन अथवा विचार हो र यसलाई सहयोग पुऱ्याउनु शुद्ध आत्मा हो । यसरी आत्माद्वारा परिचालित मन र ज्ञानेन्द्रियहरूलाई वशमा राख्न सकी सफलता पाउनु नै ईश्वर प्राप्तिको अनुभूति हुनु हो । यही नै सिद्धि प्राप्ति हो । ऋषिमुनिहरूले ठूलो तपस्या गरेर यिनलाई वशमा लिन्थे र ईश्वर प्राप्तिको अनुभूति गर्दथे ।

प्रायः सबै तीर्थहरूमा जाँदा पति-पत्नी साथमा जानु अनिवार्य हुन्छ, तर नभएमा पुत्र, पुत्र पनि नभएमा पुत्री हुनुपर्दछ । ब्रह्मचर्य नियम पालना गर्नु पनि उत्तिकै अनिवार्य हुन्छ । लामो दूरीमा सवारी साधनको प्रयोग गरिएतापनि अति अशक्तले बाहेक छोटो दूरीमा छाता, लौरो र सवारी साधनको प्रयोग नगर्दा उत्तम मानिएको छ । तीर्थ यात्रामा हिँड्दा आफू जाने तीर्थको महत्त्वसँग मेल खाने रङ्गका कपडा तथा वस्तुहरूको प्रयोग गर्नुपर्दछ भने कालो रङ्गका कपडा तथा सामग्रीहरू नलिनु उत्तम हुन्छ । तीर्थयात्राको समय व्यापार नगर्नू, अरूको खाना खाई वा पैसामा पनि तीर्थ यात्रामा नजानू । जतिसक्दो आफूले अरूलाई खर्च गर्नू, खुवाउनू । तीर्थका समयमा कसैबाट पनि कुनै किसिमको दान दक्षिणा नलिनु, मात्र दिनु श्रेय हुन्छ ।

तीर्थयात्रामा ध्यान दिनुपर्ने महत्त्वपूर्ण बुँदा :

तीर्थयात्रा आ-आफ्नै किसिमले गरिएको हुन सक्छ । कहिले काँही थाहा नभएर गरिन्छ भने ज्ञान भएका कुराहरू पालना गर्न पनि यात्रामा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कठिन हुन्छ। धर्मशास्त्रले तीर्थयात्रा भनेको कठिनयात्राको रूपमा व्याख्या गरेका छन्। तीर्थयात्रामा अनुशासनलाई निकै महत्त्वपूर्ण त हेरिएको छ। तीर्थयात्रामा पितृतर्पण जोडिएको छ भने यसै पुस्तकको पितृसम्बन्धी शीर्षक पढ्दा फाइदा पुग्नेछ तसर्थ केही यस्ता आचार संहिताका पक्षलाई बुँदागत रूपमा सारांशमा तल उल्लेख गरिएको छ।

१. अरूको कुरा काट्ने, चुक्ली लगाउने, झुठ बोल्ने, फोहोर बोल्ने, झगडा गर्ने, रिसाउनेजस्ता कुराहरू नगर्ने, केवल नम्र र आदर पूर्वक बोल्ने।
२. उत्तेजित गराउने खालका गीत नसुन्ने, फिल्म नहेर्ने, पुस्तक नपढ्ने, कुरा नगर्ने, केवल भजन कीर्तनका गीत, फिल्म, सन्त महापुरूषका प्रवचन सुन्ने र पुस्तक पढ्ने।
३. जवान युवायुवती विपरीत लिङ्गसँग स्पर्श हुने गरी बस, रेलमा सँगै नबस्ने, एकान्त स्थानमा पति-पत्नी नै भए पनि भरसक अरूको निन्दा हुने खालका उत्तेजनात्मक कुरा नगर्ने। ज्ञानेन्द्रियले जित्न सक्ने सम्भावना रहन्छ।
४. तीर्थका समयमा आफ्ना आमाबाबा, दिदीबहिनी, दाजुभाइ, छोराछोरीसरह उमेरका अरूसँग पनि सो सरहको व्यवहार गर्ने।
५. मन, वचन र वस्त्रलाई हरदम शुद्ध राख्ने, कठिन समस्याले, विरामी पर्नाले, ज्ञान नभएर वा झुक्किएर अशुद्ध भएमा, झुट बोलिएमा गङ्गाजलले पुनः स्नान गरी तीर्थ देवतालाई सम्झेर कान छोएर माफ माग्नुपर्दछ।
६. सात्विक भोजन सम्भव भएमा एकछाक साँझमा मात्र गर्ने यसो गर्दा दिनभर बाटोमा तीर्थ देवताको दर्शन गर्न सकिन्छ। अशुद्ध भनिएका खानेकुराहरू, पकाउने होटल, रेस्टुरेन्टमा आहार नगर्ने।
७. आरामदायी जीवन, विलासिताका साधनमा ध्यान नदिने, भगवान्को आशीर्वादद्वारा जे-जस्तो खानेकुरा, सुत्ने ठाउँ (वासस्थान) मिल्छ त्यसैमा सन्तोष लिने।
८. सूर्योदयभन्दा अगाडि नै उठी व्यायाम, शौच-स्नानादि, जप, ध्यान, जलार्पणजस्ता कार्यहरू गर्ने।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

९. आफूसँग भएका ज्ञान, विद्या, सद्विचार, कला-कौशलता (नाचगान, प्रवर्द्धन) लुकाएर नराख्ने सबैलाई देखाउने, बाँड्ने ।
१०. सहयात्री साथी, इष्टमित्र, दीन-दुःखी, सन्त, महात्मा सबैलाई शुद्ध मन, वचनले, लोभ लालच नगरी सेवा र सहयोगमा अगाडि सर्ने ।
११. थकान महसुस गरी वा अन्य कुनै कारणले पनि दिनमा बिछ्यौना लगाएर नसुत्नु, ननिदाउनु, मात्र भजन-कीर्तन, जप-तप-स्नान, नाचगान गर्नु ।

विश्वका कुन कुन देशमा हिन्दुमन्दिर छन् भन्ने कुराको किटानी नपाइए पनि धेरै देशहरूमा रहेका छन् । भारत, चीन, थाइल्याण्ड, मलेसिया, बर्मा, भुटान, कम्बोडिया, मरिस, इरान, सिङ्गापुर, इजिप्ट, टर्की, संयुक्त राष्ट्र अमेरिका, क्यानडा, फिनल्याण्ड, जाभा, इण्डोनेशिया, पाकिस्तान, बङ्गलादेश, श्रीलङ्का, अष्ट्रेलिया, हङकङ, बेलायत, रूस, जापान र दक्षिण अमेरिकाका केही देशहरू लगायत लगभग १५० भन्दा बढी मुलुकहरूमा हिन्दु र बौद्ध धर्मालम्वीहरू रहेको अनुमान छ ।

३२:१. नेपाल, भारत र चीनका पौराणिक तीर्थस्थल

नेपालमा भएका पौराणिक तीर्थस्थल

देवदेशो हिमालय : देवताहरूको देश हिमालय पर्वत हो भने नेपाल हिमालय पर्वत रहेको देश हो, त्यसैले समग्र नेपाल नै तीर्थ हो । यहाँका सम्पूर्ण नदीनाला, वन-वनस्पति, माटो-ढुङ्गा, जल-वायु, हिमाल-पहाड, तराई सबै तीर्थमय छन् । हिमालको जल, तराईका फाँटमा, कृष्ण गण्डकीको शीला (शालग्राम) संसारभरि पूजित, पहाडका तुलसी, बेलपत्र बेलफल, रूद्राक्ष, वर-पीपल सारा विश्वमा देवरूपी उच्चकोटिमा पर्दछन् । हाम्रो देश स्वयंमा नै शिवशक्तिको देश, बुद्ध जन्मेको देश, जगतजननी सीता जन्मेको देश, राजा जनकले राज्य गरेको देश, कैयौं ऋषि-मुनिहरूले ध्यान-साधना, तपस्याबाट सिद्धि प्राप्त गरेको देश भएर पनि उत्कृष्ट तीर्थहरूको महत्त्व, महिमा र विशेषतालाई त्यति उजागर गरेको पाइँदैन ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

जति भएका छन् ती पनि केही विदेशी सन्त-महात्माहरूको पाइलाको पछि लागेको जस्तो पाइन्छ, सम्बन्धित निकायबाट आवश्यक प्रचार-प्रसार संरक्षण तथा सम्वर्द्धन पर्याप्त मात्रामा भएको देखिँदैन । यस्तै कारणबाट ओझेलमा परेका तीर्थहरू धेरै छन् जसको प्रत्यक्ष उदाहरण नेपालका तीर्थराज देवघाटधाम र चारधाम तीर्थ हुन् ।

तीर्थयात्रा शुरू गर्दा निम्न श्लोक भन्दै घरबाट साइत गर्नु

मङ्गलं भगवान् विष्णुमङ्गलं गरुडध्वजः ।।
मङ्गलं पुण्डरीकाक्षो मङ्गलाय तनो हरिः ।।१।।
तदेव लग्नं सुदिनं तदेव, ताराबलं चन्द्रबलं तदेव
विद्याबलं दैवबलं तदेव लक्ष्मीपते तेऽङ्घ्रियुगं स्मरामि ।
हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे ।
हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ।।

त्यसपछि तीर्थराजको प्रार्थना गर्नु

त्वं राजा सर्वतीर्थानां त्वमेव जगतः पिता ।
याचितं देहि मे तीर्थ तीर्थराज नमोऽस्तु ते ।।

(क) तीर्थराज देवघाटधाम

यस तीर्थका मुख्य मठमन्दिर तनहुँ जिल्लाको पूर्वी-दक्षिण कुनोमा रहेका छन् र साथै चितवन र नवलपरासी जिल्लाले पनि छोएको छ। मुक्तिनाथ र दामोदरकुण्डबाट आउने कालीगण्डकी र गोसाईकुण्डबाट आउने त्रिशूलीजस्ता महान् पवित्र नदीको सङ्गमस्थल यही हो । त्यसैले यस तीर्थस्थललाई तीर्थहरूको प्रमुख स्थान दिई तीर्थराज भनिएको छ। भारतको तीर्थराज गङ्गा र यमुना नदीको सङ्गम प्रयाग हो । विष्णुप्रिया कृष्णागण्डकी र शिवप्रिया त्रिशूलीको सङ्गम भई नारायणीको रूपमा बहने सङ्गमस्थल तीर्थराज देवघाटधामको पवित्रता र महत्त्वको बारेमा स्कन्दपुराण, वराहपुराण जस्ता पौराणिक धर्मग्रन्थहरूमा विस्तृत वर्णन गरिएको छ ।

(ख) चारधाम तीर्थ :

(१) पाशुपतक्षेत्र (पशुपतिनाथ) (२) मुक्तिक्षेत्र (मुस्ताङ)
(३) रूरूक्षेत्र (रिडी-गुल्मी) (४) वराहक्षेत्र (धरान) ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(१) पाशुपतक्षेत्र –(पशुपतिनाथ) : नेपालको राजधानी काठमाडौँमा रहेको पशुपतिक्षेत्रमा समस्त हिन्दुजगत्का श्रद्धेय देवता शिवजीको ज्योतिर्लिङ्ग रहेको छ । ज्योतिर्लिङ्ग भगवान् शङ्करका शिवलिङ्ग स्वरूप हुन् जुन विशिष्ट तीर्थस्थलमा स्वयं आविर्भूत वा उत्पन्न भएका अनादि हुन्छन् । मानवनिर्मित नभएका शिवलिङ्गलाई मात्र ज्योतिर्लिङ्ग भनिन्छ । मानव सृष्टि को सँग सँगै उत्पत्ति भएका आदि ज्योतिर्लिङ्ग को लाखौं वर्षको इतिहास रहेको पाइन्छ । श्री पशुपतिनाथलाई समस्त जगत्का/धर्तीका सर्वोत्कृष्ट ज्योतिर्लिङ्ग मानिन्छ । भगवान् शिव मृगरूप धारण गरी श्लेष्मान्तक वनमा बस्न मन पराई रहनुभएकोले त्यस क्षेत्रको नाम पशुपति रहन गएको कुरा नेपाल माहात्म्य, हिमवत्खण्डमा पाइन्छ । सम्पूर्ण तीर्थस्थलको दर्शन गरे पनि पशुपतिनाथको दर्शनविना पुण्य अधुरो रहन्छ । मनुष्यरूपमा यस धर्तीमा पाइला राखे पछि जीवनभरमा कम्तीमा एकपटक भए पनि आराध्यदेव पशुपतिनाथको दर्शन गरी आशीर्वाद लिनु महत्त्वपुर्ण छ ।

(२) मुक्तिक्षेत्र (मुक्तिनाथ) : नेपालको धौलागिरी अञ्चल मुस्ताङ जिल्लामा रहेको मुक्तिनाथलाई ब्रह्माजीले यज्ञ गर्नका लागि छनौट गरेकाले यसलाई सर्वोत्कृष्ट मुक्ति क्षेत्र भनिन्छ भन्ने कुरा शास्त्रमा पाइन्छ । यसै यज्ञमा ब्रह्माजीले सर्वकल्याण हेतु जलमा अग्निलाई आह्वान गर्नुभएको थियो । यो क्षेत्रमा पुग्न केही वर्ष पहिले कठिन भए पनि हाल यातायात, होटल, आश्रम निर्माण भएसकेको हुनाले सरल छ । उचाइमा पर्ने भएकोले यदाकदा लेक लाग्ने सम्भावना रहन्छ । यहाँ भगवान् विष्णु र उद्गम स्थल भएकी गण्डकी को प्रथम दर्शनस्थल र वरिपरि यिनै गण्डकीको जललाई स्नान गर्न बनाइएको १०८ सहस्रधारा, बाह्रै महिना चिसो मौसम, चारै दिशामा टल्किने हिमाल, यहाँका रमणीय आकर्षक पक्ष हुन् भने धार्मिक महत्व त छँदैछ । यहाँको केही तल दामोदरकुण्डबाट उत्पन्न भई आएकी कृष्ण (काली) र यहाँबाट बगेको गण्डकीको सङ्गमस्थल कागबेनीको नामले प्रसिद्ध छ । यहाँबाट नै काली गण्डकी (कृष्णगण्डकी)को नामले यी गङ्गा चिनिन्छिन् । कृष्णगण्डकी बहने क्षेत्र नै शालग्राम पाइने क्षेत्र हो । जुन संसारमा कही

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कतै पाइँदैन । कागबेनीमा पितृलाई तर्पण दिने कार्य (तीर्थश्राद्ध) गरिन्छ। यस क्षेत्रको बारेमा विभिन्न पूराणहरू र मुक्ति महात्म्यमा विस्तृत वर्णन गरिएको छ ।

(३) रुरुक्षेत्र (रिडी) : नेपालको लुम्बिनी अञ्चल गुल्मी, पाल्पा र स्याङ्गजा जिल्लाको सिमानामा यो क्षेत्र रहेको छ। कालीगण्डकीको पवित्र तट, भगवान् हृषिकेश (विष्णु) स्वयं उत्पत्ति भएको स्थान रूरूक्षेत्रको नामले चिनिन्छ । पाल्पाली राजा मणिमुकुन्द सेनले स्वप्नज्ञानपछि गङ्गा (कृष्णगण्डकी) स्नान गर्दा भेटिएको उक्त मूर्ति मन्दिर निर्माण गराई हृषिकेशको नाममा प्रतिष्ठापन गराएको प्रसङ्ग पाईन्छ । यसै मन्दिरको सामुन्ने रूरूकन्याको मूर्ति पनि राखिएको छ । भगवान् हृषिकेश (विष्णु) एउटी रूरू नामकी कन्याको तपस्याबाट प्रसन्न भई यो क्षेत्र तिम्रो नाम (रूरू) बाट प्रसिद्ध हुनेछ भनी आशीर्वाद दिएकोले यस तीर्थको नाम रूरूधाम रहन गएको कुरा स्कन्दपुराण, वराहपुराण र हिमवत्स खण्डमा पाइन्छ। यहाँको वरिपरि सत्येश्वर महादेव मन्दिर, भगवती मन्दिर, गायत्री मन्दिर, लक्ष्मीनारायणको मन्दिर रणमुक्तेश्वर मन्दिर, मणिमुकुन्देश्वर मन्दिर लगायत गणेश, हनुमान, बुद्धका मूर्तिहरू पशुपतिनाथ, महाविष्णु गोपेश्वर, कञ्चनेश्वर आदिका देवालयहरू र भृगुतुङेश्वर गुफा यहाँका रमणीय र दर्शनीय स्थल हुन् ।

(४) वराहक्षेत्र (धरान) : वराहक्षेत्र नेपालको कोशी अञ्चलको सुनसरी जिल्लामा सप्तकोशी नदी किनारमा रहेको छ। यस क्षेत्रमा विष्णु पादुका स्थान पनि छ जसलाई उत्तरगया वा नेपालगया भन्ने गरिन्छ। कौशिकी र कोका नदीको सङ्गमस्थल वराहक्षेत्र एक मूर्धन्य तीर्थस्थल हो । भगवान् वराहले रसातलमा पुऱ्याएकी पृथ्वीलाई हिरण्याक्षको वध गरेर यथा अवस्थामा भूलोकमा ल्याउँदा निकै क्रोध र अशान्त भगवान् वराह कौशी सङ्गममा आए पछि शान्त भई आनन्दित हुनुभएको कथा प्रसङ्ग विष्णुपुराणमा पाइन्छ। त्यसैले यो विष्णु प्रियस्थान उत्तम तीर्थको रूपमा प्रसिद्ध छ। यस स्थानमा अनन्त श्री विभूषित जगद्गुरू मोहन शरणजी महाराजको सुक्रियतामा महाकुम्भ मेलाको शुभारम्भ गरिएको छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(ग) डोलेश्वर महादेव केदारनाथधाम

नेपालको राजधानीसँगै जोडिएको भक्तपुर जिल्लाको सिपाडोल गा.वि.स मा अवस्थित यो मन्दिर महत्त्वपूर्ण तीर्थस्थलको रूपमा चिनिन्छ। यस मन्दिरको स्थापना कहिले भयो भन्ने किटानी प्रमाण नपाइएता पनि विक्रम सम्वत १६२९ मा राजा भुपतीन्द्र मल्लले मन्दिर परिशरमा मन्दिरको जीर्णोद्वार गरी स्थापना गरेको शिलालेखबाट त्यस समय अघि नै स्थापना भैइसकेको कुरा प्रमाणित हुन्छ। पौराणिक कथनअनुसार यस शिवलिङ्गको उत्पत्ति द्वापर युगको अन्त्य र कलियुगको प्रारम्भकालमा भएको थियो।

यस मन्दिरका सम्बन्धमा २०६६।०५।०६ गते देखि केही फरक तथ्य घोषणा भएको छ। महाभारत युद्वपछि पाण्डवहरूले राज्य व्यवस्था अर्जुन-शुभद्राका पुत्र, श्रीकृष्णका भान्जा नाति, अभिमन्युका पुत्र राजा परिक्षित लाई जिम्मा लगाई स्वर्गारोहरणको लागि उत्तरापन्थको यात्रामा हिडे। यात्राकै क्रममा उत्तराञ्चलको केदारनाथ क्षेत्र पुगे र केदारनाथको दर्शन गर्ने विचार गरे। उक्त कुरा केदारनाथ महादेवले थाहा पाई युद्धमा स्वजनको हत्या गरी आएका पाण्डवहरूलाई दर्शन नदिने विचारले राँगाको रूप धारण गरी जङ्गल विहारमा जानुभयो। पाण्डवहरूले दर्शन नपाएपछि ध्यान दृष्टिले हेर्दा सो कुरा थाहा पाई सोही राँगाको रूपमा रहेका महादेवलाई दर्शन गर्न खोज्दा अनर्थ हुन गयो। यसरी तड्पिएका पाण्डवले दुखित भई भगवान्को आराधना गरे। आराधना गर्दा गर्दै "तिमीहरूले पाप गर्‍यौ, साँच्चै नै मेरो दर्शन गर्न आएका हौ भने नेपालमा दर्शन गर्न आऊँ" भनी आकाशवाणी भएपछि पाण्डवहरूले पूर्वतर्फको यात्रा तय गरे भन्ने कुरा शिवपुराण र महाभारत स्वर्गारोहण पर्वमा उल्लेख छ। त्यसै समयमा डोलेश्वर महादेवको रूपमा केदारनाथ महादेव उत्पत्ति भएको हुनुपर्दछ भन्ने मिल्दाजुल्दा अन्य तथ्य र प्रमाणहरूलाई साक्षी राखी हिमवत्केदार वैराग्य सिंहासनाधीश्वर रावल पद्वी विभूषित श्री श्री श्री १००८ जगद्गुरू भीमाशंकर लिङ्ग शिवाचार्य महास्वामीजीवाट केदारनाथ शिरोभाग डोलेश्वर महादेव नै हुन् भनी राष्ट्रियरूपमा विधिवत् घोषणा गरिएपछि डोलेश्वर महादेव केदारनाथ धाम नेपाल भनी दर्शन गर्ने गरिएको छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(ग) नेपालका केही प्रसिद्ध तीर्थस्थल

तीर्थस्थल	ठेगाना	दर्शन गर्ने मुख्य समय	मुख्य देवता, दर्शनीय स्थल
गोसाइँकुण्ड	रसुवाजिल्लात्रिशुली नदीको उत्तरीभाग, उद्गमस्थल	जनैपूर्णिमा, साउन, भाद्र, असोज	शिव-पार्वती, कुण्डहरू
दामोदरकुण्ड	मुस्ताङ्ग जिल्ला -तिव्वत सिमाना	असार-साउन-भदौ	स्नान सङ्गम, कृष्णाको उद्गम स्थान, विष्णु, कृष्ण, कुण्ड
गोकर्णेश्वर	काठमाडौं उत्तरी भाग वाग्मती किनार	पितृ-औंसी, श्राद्ध तिथि, कुशेऔंशी	गोकर्णेश्वर महादेव
त्रिवेणीधाम	नवलपरासी नारायणी नदी तट	औंसी, श्राद्ध तिथि, ग्रहण र सधैं	शिव, विष्णु, भूदेवी, त्रिवेणीस्नान सङ्गम
देवघाटधाम तीर्थराज- (नेपालको प्रयाग)	तनहुँ-नवलपरासी-चितवनको, सङ्गम कृष्ण गण्डकी-त्रिशूली सङ्गम	ग्रहण, औंसी, एकादशी, श्राद्ध तिथि र सधैं कार्तिक स्नान,	हरिहर, संगम, गुफा, आश्रम, गुरूकुल, गुफा र कुटी
खप्तड	डोटी, वाजुरा, वझाङ, अछामको केन्द्रविन्दु	वैशाख-मङ्सिर	श्री १०८ स्वामी सच्चिदानन्द सरस्वती (खप्तडवावा)
स्वर्गद्वारी आश्रम	प्यूठान जिल्ला	सधैं (जाडो र वर्षायाम वाहेक)	यज्ञस्थली, अग्निकुण्ड
लुम्विनी (अन्तर्राष्ट्रिय वौद्ध तीर्थ)	रूपन्देही जिल्ला	सधैं	गौतमबुद्ध
शालग्राम क्षेत्र (ठूला वगर)	गुल्मी जिल्ला, कृष्ण-गण्डकी किनार	औंसी, एकादशी, ग्रहण, श्राद्धपक्ष-सधैं	शालग्रामरूपी -विष्णु स्नानसङ्गम
गलेश्वर	म्याग्दी -काली गण्डकी तटमा	औंसी, ग्रहण, श्राद्धपक्ष, सधैं	शालग्रामकरूपी-विष्णु गलेश्वर महादेव
गुप्तेश्वरमहादेव	पर्वत -कुश्मा	साउन, सधैं	गुप्तेश्वर महादेव
सेती वेणी	गुल्मी-पाल्पा-स्याङ्जा जिल्लाको किनार	कार्तिक पूर्णिमा, श्राद्धपक्ष, एकादशी, सधैं	शालग्रामरूपी विष्णु
रूद्रवेणी	गुल्मी जिल्ला रूद्रमती र कृष्णगण्डकी सङ्गमस्थल	ग्रहण, एकादशी, औंसी, रामनवमी, सधैं	स्नान सङ्गम, नारायण, श्रीराम मन्दिर

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

रेसुङ्गा	तम्घास-गुल्मी	चैत्र-मङ्सिर	श्रृङ्ग ऋषि तपस्वीस्थल, पुत्रेष्टियज्ञ कुण्ड, महाप्रभु व्रह्मलीन भएको स्थल
जनकपुरधाम	जनकपुर, मिथिला	विवाहपञ्चमी, चैतेदशैं	सीता-राम जानकी मन्दिर
रामकोट आश्रम	विहुँ, वाग्लुङ्ग	शिवरात्री, वालाचतुर्दशी	त्रिपुरेश्वरमहादेव
धर्मद्वारी आश्रम	दिव्रुङ्ग, गुल्मी	शिवरात्री, वालाचतुर्दशी	लोकेश्वरमहादेव, गुफा
शालीनदी	काठमाडौं (साँखु)	माघ महिना	श्रीस्वस्थानी परमेश्वरी, शालीनदी
वूढानीलकण्ठ	काठमाडौं (विश्वकै दुर्लभ मूर्ति)	एकादशी तिथि, नागपञ्चमी	शेषशायी विष्णु
डोलेश्वर धाम	सिपाडोल ६ भक्तपुर	शिवरात्री, श्रावण, वैशाख, सोमवार, जनैपुर्णिमा, तीज	श्रीडोलेश्वर महादेव
व्रिन्देश्वर, गुप्तेश्वर महादेव	पनौती	शिवरात्री, श्रावण, वैशाख, सोमवार, जनैपुर्णिमा, तीज	श्रीमहादेव

(घ) शक्तिपीठ, मन्दिर तथा गुफा

देवता, सन्त महात्मा, योगी, ऋषिमुनिहरूले तपस्या गरी सिद्धि प्राप्त गरेका गङ्गा-सङ्गम र स्थान मुख्य तीर्थस्थानका रूपमा चिनिन्छन् जस्तै तीर्थराज, चारधाम, दामोदर कुण्ड, त्रिवेणी धाम आदि । विभिन्न वेद, पुराण धर्मग्रन्थमा उल्लेख भएअनुसार विभिन्न स्थानमा देवी-देवताहरू स्वयं उत्पन्न भएर, मानिसलाई प्रभाव देखाएर वा शीला, मूर्तिको रूपमा यस धर्तीमा देखा परेको पाइन्छ ती स्थान आज मन्दिर वा शक्तिपीठका रूपमा स्थापित छन् । यिनलाई पनि शक्ति प्राप्ति तथा मनोकामना पूर्णताका लागि दर्शन गर्ने गरिन्छ । सतीदेवीको अङ्गपतन भएका स्थानहरू शक्तिपीठका रूपमा स्थापित भएका छन् र अन्य केही स्थानीय वासिन्दाले परापूर्वकालदेखि स्थापना गरी शक्तिपीठका रूपमा पुज्दै आएका छन् । विभिन्न शक्ति पीठहरूमध्ये केही यस प्रकार छन् :

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

उग्रतारा भगवती (डँडेलधुरा)	शैलश्वरी मन्दिर (डोटी)
बढीमालिका मन्दिर (कर्णाली)	बाल त्रिपुरासुन्दरी (डोल्पा)
कालिका भगवती (बाग्लुङ)	वागीश्वरी मन्दिर (बाँके)
मनकामना देवी (गोरखा)	आलमदेवी मन्दिर (स्याङ्जा)
भैरवस्थान (कालभैरव र कालिका, पाल्पा)	भगवती मन्दिर (पाल्पा)
आलमदेवी मन्दिर (स्याङ्जा)	कमलाक्षीदेवी (म्याग्दी)
छाब्दीबराही (दमौली)	कन्काई भगवती (प्युठान)
मौलाकालिका (नवलपरासी)	विन्ध्यवासिनी र तालबाराही (पोखरा)
सुपादेउराली देवी (अर्घाखाँची)	गढीमाई मन्दिर (बारा)
चण्डेश्वरीमाई (काभ्रे)	पलाञ्चोक भगवती (काभ्रे)
छिन्नमस्ता भगवती (राजविराज)	अन्नपूर्णा, कंकालीदेवी (सप्तरी)
कालिञ्चोक भगवती (दोलखा)	दन्तकाली र पञ्चकन्या (धरान)
संसारीमाई, काली मन्दिर (विराटनगर)	माइपोखरी (इलाम)
छिन्ताङदेवी (धनकुटा)	नवदुर्गा भगवती (कटारी)
सिद्धकाली भगवती (सङ्खुवासभा)	सिंहवाहिनी भगवती (तेह्रथुम)
पाथिभरा देवी (ताप्लेजुङ)	बज्रबाराही, बज्रयोगिनी (साँखु)
महालक्ष्मीदेवी, बङ्गलामुखी (ललितपुर)	दक्षिणकाली (फर्पिङ्ग)
भद्रकाली (काठमाडौं)	गुह्येश्वरी (काठमाडौं)

काठमाडौं क्षेत्रका चार विनायक :

कार्यविनायक (बुङ्मती) चन्द्र विनायक (चावहिल)
सूर्य विनायक (भक्तपुर) जल विनायक (चोभार)

काठमाडौँ क्षेत्रका चार नारायण :

चाँगु नारायण (भक्तपुर), विशङ्खु नारायण (गोदावरी),
शेषनारायण/शिखर/शिखा (फर्पिङ), इचङ्गु नारायण (इचङ्गु)

नेपालमा यत्ति नै संख्यामा मन्दिर र गुफाहरू छन् भन्ने किटानी प्रमाण पाइँदैन । चलन चल्तिमा नाम चलेका मध्येका पनि केही यस प्रकार छन् :

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सिद्ध गुफा (पाल्पा), व्यासगुफा (तनहुँ), मटियानी मठ (महोत्तरी), जलेश्वर महादेव (महोत्तरी), कृष्ण मन्दिर (पाटन), गोरखकाली (गोर्खा), वाल्मीकि आश्रम (चितवन), हलेश्वर महादेव (खोटाङ), मस्टो देवता (कर्णाली अञ्चल), पञ्च देवल मन्दिर (कालिकोट), कोटिला मन्दिर (दैलेख), नाभिस्थान (दैलेख), पादुकास्थान (दैलेख), वैद्यनाथ मन्दिर (अछाम), गोरखनाथ गुफा (गोरखा), चन्दननाथ मन्दिर (जुम्ला), (दोलखा भीमसेन) (दोलखा), त्रिवेणीधाम (नवलपरासी), ऋषेश्वर (पाल्पा), श्रीराम मठ (गुल्मी), बटुकभैरव (ललितपुर) भैरव मन्दिर (भक्तपुर), गोकर्णेश्वर महादेव (गोकर्ण), बाघ भैरव (कीर्तिपुर), धनेश्वर महादेव (बनेपा) ।

यस्तै अन्य थुप्रै मठ मन्दिरहरू नेपालमा रहेका छन् । यी त केवल नमूना मात्र हुन् । यस प्रकारका तीर्थहरूको बारेमा आगामी पुस्तकहरूमा विस्तृत रूपमा खोज अनुसन्धान गरी समेट्ने प्रयास गरिनेछ ।

३२:२. भारतमा पर्ने केही प्रसिद्ध तीर्थस्थल

तीर्थहरूमा पुष्करराज, कुरूक्षेत्र, प्रयाग, काशी, गया, गङ्गासागर प्रमुख तीर्थका रूपमा आउँछन् भने जगन्नाथ पुरी पूर्व, रामेश्वर (दक्षिण), द्वारका (पश्चिम), केदारनाथ-बदरीनाथ (उत्तर) चार धामका नामले प्रसिद्ध छन् र साथै उत्तराखण्डमा यसका अतिरिक्त द्वादश ज्योतिर्लिङ्ग, दश महाविद्यादेवी, एकाउन्न शक्तिपीठहरू पनि आ-आफ्नै महत्त्वका छन् ।

उत्तरतिरबाट तीर्थयात्रा सुरू गर्दा काशी, विश्वनाथ धाममा मुण्डन, स्थान र दर्शनबाट शुभारम्भ गर्नुपर्दछ भने दक्षिणतिरबाट आउँदा रामेश्वरमा कर्म गरी सुरू गरिन्छ । भारतका तीर्थस्थलमा जानुभन्दा पहिले नेपालमा गङ्गास्नान र पशुपतिनाथ, मुक्तिनाथको दर्शन गरिसकेको भएमा उत्तम हुन्छ। सम्भव भएसम्म आफू जान लागेका तीर्थस्थलहरूको पुस्तक वा पहिले दर्शन गरिसकेका इष्टमित्रहरूबाट यथेष्ट ज्ञान लिएर, बुझेर जाँदा धेरै सरल र त्रुटिहीन हुन्छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

भारतमा पर्ने केही प्रसिद्ध तीर्थस्थल

क्र.सं.	तीर्थस्थल	ठेगाना	दर्शन गर्ने मुख्य समय	मुख्य देवता
१.	गया	विहारप्रान्त, गया	पौषपितृऔंसी, सोह्रश्राद्ध (पक्ष), औंसी, एकादशी, वुद्धपूर्णिमा	श्रीविष्णु
२.	पुन पुन गया	विहारप्रान्त गया	वैशाख मातातीर्थ औंसी, पौषपितृऔंसी, सोह्रश्राद्ध पक्ष, वुद्धपुर्णिमा	श्रीविष्णु
३.	वैद्यनाथ धाम (वावाधाम)	झारखण्ड विहार	शिवरात्री, साउन महिना	शिव-पावर्तती
४.	वासुकीस्थान	विहार	नागपञ्चमी	नागराज वासुकी
५.	गङ्गासागर	कोलकत्ता	माघे सङ्क्रान्ति	कपिलमुनि मन्दिर, गङ्गास्नान
६.	वैतरणी नदी	उडिसा प्रान्त	वैशाख, साउन, कार्तिक, माघ स्नान	शिव-पार्वती मन्दिर, लिङ्गेश्वर महादेव
७.	कोनार्क	उडिसा प्रान्त	माघ शुक्ल सप्तमी	सूर्यरथ मन्दिर
८.	जगन्नाथपुरी	उडिसा प्रान्त	साउन	जगन्नाथ (शुभद्रा-कृष्ण-वलराम) मन्दिर, रोहिणी कुण्डस्नान
९.	साक्षी गोपाल	उडिसा प्रान्त	कार्तिक कृष्ण नवमी	श्री गोपालजी, राधाकृष्ण र चन्दन कुण्डस्नान
१०.	सेलम-मल्लिकार्जुन	मद्रास प्रान्त	महाशिवरात्री, साउन	शिव-पार्वती, मल्लिकेश्वर, ज्योतिर्लिङ्ग
११.	साईबावा धाम	वैङ्गलोर	महाशिवरात्री, वैशाख पूर्णिमा, मंसिर पूर्णिमा, वावा जन्मोत्सव तिथि	श्री सत्य साईबावा

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

क्र.सं.	तीर्थस्थल	ठेगाना	दर्शन गर्ने मुख्य समय	मुख्य देवता
१२.	तिरूपति वालाजी	आन्ध्रप्रदेश	एकादशी, वसन्तपञ्चमी	वैङ्टेश्वर श्रीविष्णु
१३.	शिवकाञ्ची	दक्षिणभारत	मातृ-पितृ औँसी, पितृपक्ष, सोमवार	शिव-पार्वती, एकाम्रेश्वर, शिवलिङ्ग, काशी विश्वनाथ
१४.	विष्णुकाञ्ची	दक्षिण भारत	वैशाखपूर्णिमा	कच्छवेश्वर लक्ष्मीनारायण, श्रीविष्णु एकाम्वरनाथ
१५.	कामाक्षीदेवी	दक्षिण भारत	नवरात्र, महाशिवरात्री	कामाक्षीदेवी, १०८ शिवलिङ्ग मन्दिर
१६.	श्री रङ्गनाथ	दक्षिण भारत	एकादशी, औँसी, वैशाख पक्ष	शेषनागमा सुतेका श्री रङ्गनाथ (विष्णु) कावेरी गङ्गास्नान
१७.	श्री सेतुवन्ध रामेश्वर	चेन्नाई	चैत्र महानवमी, महाशिवरात्री	श्रीराम मन्दिर, रामेश्वर शिवलिङ्ग, विभिन्न कुण्डस्नान
१८.	कन्याकुमारी	सूदुर दक्षिण भारत	पितृकार्य उत्तम तिथिहरू	कन्याकुमारी (चित्ताग्नि देवी) पाप विनाशनम तीर्थ (मण्डुकतीर्थ) स्नान
१९.	मिनाक्षीदेवी	मदुराई दक्षिण भारत	सधैँ (एसियाको सबभन्दा सुन्दरविशालमन्दिर)	सुन्दरेश्वर र मिनाक्षी मन्दिर
२०.	पञ्चवटी	महाराष्ट्र	माघ शुक्लपक्ष सोमवार, १२ वर्षे कुम्भमेला दर्शन स्नान	श्री सीताराम कुण्ड, गोदावरी नदी स्नान
२१.	सोमनाथ ज्योतिर्लिङ्ग	गुजरात प्रान्त, कठियावाद क्षेत्र समुन्द्र किनार	महाशिवरात्री, साउन पक्ष	शिवशक्ति, सोमनाथ ज्योतिर्लिङ्ग

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

क्र.सं.	तीर्थस्थल	ठेगाना	दर्शन गर्ने मुख्य समय	मुख्य देवता
२२.	त्रिपुरासुन्दरी	गुजरातप्रान्त, बहुचराजी जिल्ला	मातृऔँसी	श्री महासरस्वती
२३.	पुष्कर क्षेत्र	राजस्थान	कार्तिक शुक्ल एकादशी - पूर्णिमासम्म	ब्रह्मा विष्णु महेश्वर, सरस्वती नदी, कुण्डस्नान
२४.	कुरूक्षेत्र	हरियाणा पञ्जाव	सूर्यग्रहण, सोमबारे औँसी	श्रीमहाकाली, श्रीमहालक्ष्मी, श्रीमहासरस्वती, सरस्वती नदी र कुण्डस्नान
२५.	वृन्दावन, मथुरा	मथुरा	कृष्णाष्टमी, राधाष्टमी, सधैं	राधाकृष्ण
२६.	प्रयाग (तीर्थहरूको राजा	इलाहावाद	मकर सङ्क्रान्ति, कुम्भ सङ्क्रान्ति, १२ वर्षे कुम्भमेला, माघ महिना, सधैं	काञ्ची, तिरूपती, सहस्रलिङ्ग गङ्गा, यमुना र सरस्वती नदीको सङ्गम स्नान
२७.	विन्ध्याचल	विन्ध्याचल, उत्तर प्रदेश	कौशिकीदेवी, विन्ध्यवासिनी	कुण्डस्नान
२८.	काशी, विश्वनाथ	वाराणसी/ वनारस	चन्द्रग्रहण विशेष, पिशाचमोचनतीर्थ श्राद्ध तिथि, सधैं	गङ्गास्नान, मणिकर्णिकाघाट पितृतर्पण, भगवान विश्वनाथ, विशाल लक्ष्मी देवी, कालभैरव
२९.	हरिद्वार तीर्थ	हरिद्वार उत्तर प्रदेश	पिण्डदान वा तर्पण गर्ने समय र तिथि	गङ्गा र कुण्डस्नान, मनसादेवी मन्दिर
३०.	अयोध्या	उत्तर प्रदेश	कार्तिक पक्ष स्नान सधैं	ब्रह्मा, विष्णु, महेश्वर समन्वय स्वरूप श्रीराम
३१.	गोरक्षनाथ	गोरखपुर	वावा गोरक्ष जन्मोत्सव सधैं	वावा गोरक्षनाथ
३२.	कामाख्या देवी	गुवाहटी	नवरात्र, अष्टमी, नवमी, चतुर्दशी	कामरूप कामाख्या माता (देवी)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

क्र.सं.	तीर्थस्थल	ठेगाना	दर्शन गर्ने मुख्य समय	मुख्य देवता
३३.	ऋषिकेश (साधुसन्त नगरी)	ऋषिकेश, उत्तराखण्ड	रामलक्ष्मण झुला मन्दिर, नीलकण्ठ महादेव	सधैँ, नवरात्र विशेष गङ्गास्नान
३४.	यमुनोत्री	उत्तराञ्चल	पितृतर्पण पक्षका तिथिहरू	यमुनोत्रीझरना र तातोपानीको कुण्डस्नान, पहरावाट निस्केको तातो जलमा पकाएको चामल महाप्रसाद, यमुनोत्री मन्दिर, रात्री निवास
३५.	गंगोत्री	उत्तराञ्चल	पितृ तर्पण गर्ने तिथिहरू	भागीरथी गङ्गानदी, स्नान, दर्शन र आचमन गर्नाले वैकुण्ठवास
३६.	केदारनाथजी	उत्तराञ्चल	पितृ तर्पण गर्ने तिथि, महाशिवरात्री, साउनपक्ष, कृष्णपक्ष चतुर्दशी तिथि, स्नान	केदारेश्वर ज्योतिर्लिङ्ग
३७.	बद्रीनाथजी	उत्तराञ्चल	अक्षयतृतीयादेखि खुल्छ	श्री बद्रीनारायण, कुण्डस्नान, शुल्कअनुसारको पूजा व्यवस्था

३२:३ चीनमा पर्ने केही प्रसिद्ध तीर्थस्थल

(अ) मानसरोवर : हिन्दुहरूका तीर्थस्थलहरूमध्ये मानसरोवर पनि मुख्य तीर्थस्थल हो । यो स्थल नेपालको पश्चिम उत्तर भागबाट माथि चीनको तिब्वत क्षेत्रमा समुन्द्रि सतहदेखि करिव तेह्र हजार फिट उँचाइमा अवस्थित छ । यहाँ एउटा ठूलो ताल छ जसको गहिराई लगभग ७० मिटर र बाहिरी घेरा लगभग चालीस किमी जति रहेको छ । लाम्चो आकारमा रहेको यो ताल स्वच्छ र नीलो देखिन्छ ।

हिन्दु सनातन वैदिक धर्म, संस्कृति, परम्परा र इतिहासअनुसार यस स्थानमा ऋषि महर्षीहरूको तपःस्थली र भगवान्‌का अवतारहरूको

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

लागि प्रिय लीलाभूमि हो । यहाँ कै अर्को ताल लङ्काका राजा रावणले धेरै वर्षसम्म पानी मै उभिएर भगवान् शिव शंकरको कठोर तपस्या गरी वरदान पाएकोले राक्षसतालको रूपमा चिनिन्छ । यो क्षेत्र एकाउन्न शक्तिपीठहरू मध्येको एक पीठको रूपमा पनि प्रसिद्ध छ, यहाँ सतीदेवीको दाहिने हातको हत्केला खसेको थियो भन्ने कथन छ ।

नेपालमा बग्ने महाकाली, कर्णाली र भारतमा बग्ने ब्रह्मपुत्र, सरयू नदीको स्रोत यहाँकाताललाई नै मानिन्छ । हिमशृङ्खलाको काखमा अवस्थित हुनाले यहाँ पानी कहिल्यै कमी हुँदैन । चिसो मौसम, सेता हाँसिरहेका हिमशृङ्खला, तालमा रमाइ रमाइ खेलिरहेका राजहंस कैलाश पर्वतको मनोरम दृश्य, रङ्ग विरङ्गका पत्थर, यहाँका तीर्थालुहरूका मन पगाल्ने दृश्य हुन् ।

यो क्षेत्र दर्शनको लागि मुख्य महिना साउन पक्ष हो भने जेठ, असार र भाद्रमा पनि जान सकिन्छ ।

(आ) कैलाशपर्वत- हिन्दुहरूका आराध्यदेव भगवान् शिव शङ्कर भोलेनाथको दिव्यधामको रूपमा परिचित यो पर्वत अत्यन्त पवित्र तीर्थस्थल हो । समुन्द्रीसतहदेखि लगभग बाइसहजार फिट उचाइमा अवस्थित यो पर्वतको शिखर लगभग सधैजसो दूधजस्तै सेतो हिउँले ढाकेको हुन्छ । मानसरोवरदेखि तीस किमी दूरीमा रहेको यो पर्वत विहान सूर्योदयको समयमा निकै रमणीय देखिन्छ । कैलाश पर्वतको परिधि दूरी लगभग पचास किमी जति छ । श्रद्धालु भक्तजनहरूले लगभग तीन दिनमा परिक्रमा पुरा गर्दछन् । यस पर्वतवारे विभिन्न पुराण तथा धार्मिक ग्रन्थहरूमा विस्तृत व्याख्या पाइन्छन् । शिव शङ्करको निवासस्थलका रूपमा प्रसिद्ध भएको, सिद्ध महात्माहरूको तपःस्थल, अन्य देवताहरू लालायित भएको पूण्यभूमि, किन्नर-गन्धर्व अप्सराहरूको पनि पहिलो रोजाइको भूमि भनी शास्त्रहरूमा बताइएकोले पनि यस क्षेत्रको विशेष महत्त्व रहन गएको छ । यात्राको उत्तम समय साउन महिना हो भने जेठ असारमा पनि जान सकिन्छ ।

॥ॐ॥

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

विविध-विषय परिचय

३३. वेद

वेदो नारायणः साक्षात् अर्थात् वेद स्वयं भगवानको स्वरूप हो (भागवत ६:१:४०) वेद आफैमा ज्ञानको भण्डार हो । भगवानको श्वासवाट प्रकट भएको ज्ञान वेद हो । त्यसैले अनादि ज्ञान हो । यो प्रलयकालमा भगवानको हृदयमा रहन्छ र पुनः सृष्टिको सँगसँगै श्वास भएर मनुष्यको हृदयमा श्रुतिज्ञानवाट पुग्छ किनकि त्यतिवेला यो कुनै लिपिवद्ध ग्रन्थको स्वरूपमा हुँदैन । युगको शुरूवातसँगै वेदको पनि आगमन हुन्छ । हरेक सत्य, त्रेता युगमा श्रुति ज्ञान नै रहने र द्वापर युगमा मात्र यो लिपिवद्ध हुनेगर्छ । तत्वदर्शी महर्षि वेदव्यासले कलियुग पुग्दासम्म यसको नाश हुन सक्दछ भन्ने अनुमान गरेर वेदलाई एक लाख श्लोकमा लिपीवद्ध गरिदिए । यिनै चारवेदका आधारमा उपवेद, अठार पुराण उप-पुराण तथा अन्य कैयौ धर्मशास्त्र, नीतिशास्त्र तयार भएका हुन् ।

वेदोऽखिलो धर्ममूलम् (मनुस्मृति) अर्थात वेद अखिल व्रह्माण्डको धर्मको मूल हो । विश्वका कैयौ देशका अनुसन्धानकर्ता तथा वैज्ञानिकहरू वेद संसारको सवभन्दा पुरानो प्राचीन ग्रन्थ हो भन्ने विषयमा एकमत छन् वैदिक सनातनवादी सन्त-महात्मा तथा मण्डलेश्वरहरूले वेदलाई लाखौं वर्ष पुरानो मानेका छन् । तर संसारमा चर्चित अन्य धार्मिक ग्रन्थहरू इशाई धर्मको धर्मशास्त्र वाइवलले लगभग दुई हजार वर्ष, इस्लाम धर्मशास्त्र कुरानले लगभग चौधसय वर्ष र वौद्ध धर्मालम्वीहरूको धर्मशास्त्र त्रिपिटक आदि ग्रन्थले लगभग पच्चीस सय वर्षको मात्र इतिहास बोकेका छन् । त्यसैले वेद विश्वकै सबभन्दा पुरानो ग्रन्थ प्रमाणित हुन्छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

वैदिक सनातन धर्मग्रन्थ वेदलाई विश्वका प्रसिद्ध खोजकर्ता, दार्शनिक, विद्धान तथा वैज्ञानिकहरूले प्राचीन जेठो एवं च्च ग्रन्थ हो भनेर आ-आफ्ना भाषाका पुस्तकहरूमा लेखेका र प्रवचनहरूमा बताउने गरेका छन् ती मध्ये केही अंश यहाँ साभार गरिएको छन् :

- वेद एक त्यस्तो ज्ञान हो जसको समकक्षताको दावा अन्य कुनै ज्ञानले गर्न सक्तैन् । संसारको सर्वोत्कृष्ठ ज्ञान नै वेद हो - **प्रोफेसर विल्सन, जर्मनी**
- वेद विश्वको प्राचीनतम् वाङ्मय हो, वेद पटा दिव्य हो ।

-प्रोफेसर म्याक्स मूलर, जर्मनी

- वेदको ज्ञान नै उच्च सर्वश्रेष्ठ ज्ञान हो, त्यसैले म वेदप्रेमी हुँ ।

- चान्सलर लर्ड जार्जन, अक्सफोर्ड युनिभरसिटी, वेलायत

- सर्वोत्कृष्ट ज्ञान वेद नै हो ।

- जर्ज वर्नाल्ड शाह (१९२५ नोवेल पुरस्कार-विजेता)

त्यस्तै, अमेरिकाका प्रसिद्ध कवि इमर्सनले पनि आफ्ना कविताहरूमा वेद सर्वोत्कृष्ठ ज्ञान हो भनेर ठोकुवा गरेका छन् । प्रसिद्ध दार्शनिक विद्धान थोरो (१९४८ का नोवेल पुरस्कार विजेता) ले पनि मेरो ज्ञानको मुख्य स्रोत वेद हो भनेका छन् ।

रूसका दार्शनिक टाल्सटायले वेद प्रेमी भएर वेदको महत्त्वको प्रचार प्रसारमा लामो समय विताए । रूसकै उभस्य निकोवुलवंशीले निकै गहिरो अध्ययन गरे पश्चात आफनो पी.एच.डी. को शोधविषय अग्निपूजालाई रोजे ।

भारतका विद्धानहरूको अध्ययन अनुसन्धान र परिणाम व्याख्या धेरै लामो छ । वर्तमान परिप्रेक्ष्यमा विगतमा अरूले के गरे, के भने भन्दा पनि त्यसको महत्वको अध्ययन-अनुसन्धान स्वयंले गरेर रसपान गरी वैदिक सनातन हिन्दु धर्म र संस्कृतिको जर्गेना गर्नु एवं गर्न सिकाउनु आजको आवश्यकता तथा कलीयुगीन मनुष्यको कर्तव्य भएको छ ।

॥ ॐ ॥

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३४. बगलामुखी

बगलामुखी दशमहाविद्याकी देवी हुन् । दश महाविद्या अन्तर्गत अष्टम सिद्धिविद्याले यिनलाई चिनिन्छ । सत्य युगमा महाप्रलय भएको समयमा भगवान विष्णुको तपस्याको प्रभावले चतुर्दशी तिथि, मंगलवारको रात्रि समयमा माता बगलामुखी आविर्भाव भएको तथ्य शास्त्रहरुमा वर्णन गरिएको छ । भगवान् विष्णुको तपस्याबाट प्रसन्न भई वरदान दिएर नै महाप्रलयको विनाशबाट पृथ्वीलाई विष्णुले बचाउन सक्नु भएको थियो भन्ने कथन छ । ब्रह्माले यिनको उत्पत्ति, महत्त्व र शक्तिका बारेमा सनकादि ऋषिलाई बताउनु भएको थियो । उहाँले सनतकुमारलाई, सनतकुमारले देवर्षि नारदलाई, नारदजीले साङ्ख्यायन नामक परमहंसलाई दिई परमहंसले नै विभक्त उपनिषद 'बगला तन्त्र' रचना गर्नुभयो । माताको उपासना विष्णु भगवान् र परशुरामले पनि

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गर्नुभएको कुरा शास्त्रमा पाइन्छ। परशुरामले यो विद्या आचार्य द्रोणलाई दिनुभएको कुरा उल्लेख छ। यसरी यो शक्तिविद्या आज हामीमाझ पनि लोकप्रिय छ। भक्तहरूलाई तुरून्त फल दिने देवीका रूपमा परिचित यी देवीमा अन्य सोह्र शक्ति समावेश भएको छ, त्यसैले पूजा गर्दा ती सोह्र शक्तिलाई पनि स्मरण गर्नु आवश्यक हुन्छ।

व्रत तथा पूजाविधि

यिनको उपासना/व्रत बैशाख, नवरात्रपक्ष, कार्त्तिक, मंसिर, माघ, फागुनको शुक्लपक्षबाट प्रारम्भ गर्नु उत्तम हुन्छ। हुन् त अन्य महिनाबाट प्रारम्भ गर्नु निषेध गरिएको पाइदैन तर वृहस्पति अस्त, शुक्रअन्ध, मलमास, ग्रहण तिथि, पितृपक्षबाट गर्नु हुँदैन भनिएको छ।

विधिपूर्वक स्नान, गायत्री र बगलामुखी गायत्री मन्त्र जप, जलार्पण, शुद्ध वस्त्रधारण (पहेँलो रङ्गको धोती, रूमाल, च्यादर) दीप, कलश, गणेशको पूजा र मङ्गलाचरण विधि गरी बगलामुखी माताको पूजा आरम्भ गर्नुपर्दछ। आफ्नो निधारमा पनि पहेँलो टीका लगाएर मात्र पूजा आरम्भ गर्नु उत्तम मानिन्छ। फलफूल पनि पहेँलो रङ्का प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ। उक्त दिन ब्रह्मचर्य नियमको पालना गर्नु अर्थात् मैथुन नगर्नु र दिनमा सुत्नु हुँदैन। दिनमा शुद्ध फल आहार गरी साँझ धुप, बत्ती, आरतीपछि शुद्ध भोजन गर्न पनि सकिन्छ, नगर्न पनि सकिन्छ तर जे गरे पनि सङ्कल्प गर्दा भन्नु र सोही अनुसार एकनासले गर्नुपर्दछ। यथासम्भव व्रतको सुरूको दिन र अन्तिम दिन घरमा पूजा गरी नजिकको बगलामुखी मन्दिरमा दर्शन गरेर अन्न, द्रब्य जे सकिन्छ दान गर्नुपर्दछ। अन्य दिनमा सम्भव नभए पनि व्रत अवधिभित्रमा एकपटक बगलामुखी मन्दिर दर्शन, पूजा आराधना अनिवार्य गर्नुपर्दछ। व्रतको दिनमा चना वा वेसनको फलाहार गर्नु उत्तम मानिन्छ। पञ्चभक्तिअनुसार कवच-स्तोत्र पाठ, मन्त्र जप गर्नुपर्दछ।

बगलामुखी कवच र स्तोत्र आफ्नो समय, इच्छा र तत्परताभएमा पाठ गर्दा उत्तम हुन्छ। यसै पुस्तकको परिशिष्ठ शीर्षक को पृष्ठ नं. २१९ मा दिएको छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

३५. महामृत्युञ्जय–मन्त्र

ॐ ह्रौं जूं सः भूर्भुवः स्वः त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनं उर्वारुकमिव बन्धनात् मृत्योर्मुक्षीय मामृतात् ।। भूर्भुवः स्वः सः ॐ ।

अर्थात, हामी भगवान् शङ्करको पूजा गर्दछौँ, जसका तीन नेत्र छन्, जो हरेक श्वासमा जीवनशक्तिको सञ्चार गर्नुहुन्छ, जो सम्पूर्ण जगत्को पालन पोषण आफ्ना शक्तिले गरिरहनुभएको छ । उहाँसँग हाम्रो प्रार्थना छ कि हामीलाई मृत्युको बन्धनबाट मुक्त गरिदिनुहोस् । जसबाट मोक्ष प्राप्ति हुन जान्छ, जुन रूपले एक ककडी बेलमा पाक्दछ, त्यही प्रकारले हामी पनि यस संसाररूपी बेलमा पाक्ने जन्म-मृत्युको बन्धनबाट सधैका लागी मुक्त होऊँ र तपाईंका चरणको अमृतधारा पान गर्दै शरीरलाई त्यागेर तपाईंमा लीन होऊँ ।

भौतिकवादको प्रभावले धेरै मानिसहरूलाई विलासी जीवन बिताउन सामान्य कुराजस्तै भएको छ। जति धेरै विलासिताका साधनहरू प्रयोग गरिन्छ, त्यत्ति नै बढी भय, त्रास, दुर्घटना वा रोगको सिकार हुन सक्छन् । जीवनलाई सार्थक बनाउन र सुरक्षित राख्न महामृत्युञ्जय मन्त्र दैनिक उच्चारण/पाठ गर्नुपर्दछ । केवल यही मन्त्र मात्र भनेर त पुग्दैन, तर केही फाइदा भने अवश्य हुन्छ । अकाल मृत्यु र आकस्मिक रूपमा देखापर्ने दुर्घटना, रोग निवारणका लागि यो महामृत्युञ्जय मन्त्र पाठ साधना अति फलदायक मानिन्छ ।

३६. रुद्री

आशुतोष भगवान् रूद्र अर्थात् शिवलाई सबैभन्दा छिटो र धेरै खुसी बनाउने पूजा रूद्री हो । यो हिन्दुजगत्को लोकप्रिय पूजा हो र यसलाई विधिपूर्वक सम्पन्न गर्नको लागि ब्राह्मणहरूको आवश्यकता पनि पर्दछ । रूद्री तीन किसिमबाट गरिन्छ । पण्डित/ब्राह्मण नभएमा केवल रूद्रीपाठ मात्र गरेर पनि गर्न सकिन्छ, जसलाई जपात्मक रूद्री भनिन्छ । दोस्रो पाठ र जलधारासहित अभिषेकात्मक र तेस्रो पाठ, जलधारा र होम तीनवटै क्रियाद्वारा हवनात्मक वा रूद्राहोमपद्धतिद्वारा गरिन्छ ।

रूद्री पाँच प्रकारका छन् । रूद्र, रूद्री, लघुरूद्र, महारूद्र र अतिरूद्र हुन् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

१ × १ = १	आवृत्ति पाठमात्र गरी गरिने कार्य रूद्र हो।
१ × ११ = ११	आवृत्ति पाठ मात्र गरी गरिने कार्य रूद्री वा रूद्रैकादशिनी हो।
११ × ११ = १२१	आवृत्ति पाठ मात्र गरी गरिने कार्य लघुरूद्री हो।
१२१ × ११ = १३३१	आवृत्ति पाठ मात्र गरी गरिने कार्य महारूद्री हो।
१३३१ × ११ = १४६४१	आवृत्ति पाठ गरी गरिने कार्य अतिरूद्री हो।

रूद्रीपूजामा शिवलिङ्गमा गरिने जल धाराको पनि छुट्टै महत्त्व छ। जस्तै- जलधारी (कामनापूर्ण, रोगमुक्त), दूधधारी (पुत्रइच्छा, दीर्घायु), दहीधारी (पशुधन प्राप्त वा सफल पशुपालन), तीर्थजलधारी (पापनाश र निरोगी) सर्स्युतेलधारी/घृतधारी (शत्रुनाश) आदि। सामान्यतया सम्पूर्ण वस्तुहरूलाई पालैपालो एउटै पूजामा धारा लगाई गर्ने चलन बढी लोकप्रिय छ। रूद्री गर्ने अति उत्तम महिना श्रावण मास हो भने कार्तिक, माघ, फाल्गुन र बैशाखमा पनि गर्न सकिन्छ।

नागको शिर बाह्र महिनामा चारै दिशा घुम्दछ। जसको प्रक्रिया यस्तो छ। शिवलिङ्ग सधैं उत्तर फर्किरहन्छन् भने नागको शिर भदौ, असोज र कार्तिकमा पूर्व, मंसिर, पुस र माघमा दक्षिण, फागुन, चैत र वैशाखमा पश्चिम र जेठ, असार र साउनमा उत्तर दिशातर्फ फर्केका हुन्छन्।

३७. वीर हनुमान्

श्री रामभक्त पवनपुत्र सङ्कटमोचन वीर हनुमान कलियुगका प्रभावशाली देवताको रूपमा चिनिन्छन्। यिनको भक्ति भाव पवित्र मन, वचन र कर्मले गरेमा तुरून्त फल पाउन सकिन्छ। श्री हनुमानजीको व्रत आरम्भ गर्दा कुनै पनि मङ्गलवारबाट शुरू गर्न सकिन्छ। नजिकको मन्दिर वा घरमै फोटोको अगाडि बसेर आफैले तलको संकल्पअनुसार गर्न सकिन्छ। यस व्रत ११, २१, २८, ५४, १०८, १००८ दिन वा पटकसम्म (सङ्कल्पअनुसार) गर्न सकिन्छ। हनुमानको व्रतमा ब्रह्मचर्य नियम अनिवार्य पालना गर्नुपर्दछ। दिनमा एक समय सूर्यास्त भन्दा पहिले शुद्ध भोजन गर्नु उत्तम हुन्छ। यथाज्ञान पूजा, धूप, बत्ती नैवेद्य पछि हनुमान वन्दना र हनुमान चालिसा पाठ गर्दा छिटो प्रभाव पर्दछ। हनुमान चालिसा यसै पुस्तकको पृष्ठ नं. २२३ मा दिइएको छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

हनुमान्‌को वन्दना : **अतुलितबलधामं हेमशैलाभदेहं,**
दनुजवनकृशानुं ज्ञानिनामग्रगण्यम् ।
सकल गुणनिधानं वानराणामधीशं,
रघुपतिप्रियभक्तं वातजातं नमामि ।।

एकश्लोकी रामायण : **आदौ रामतपोवनादिगमनं हत्वा मृगं काञ्चनम्,**
वैदेहीहरणं जटायुमरणं सुग्रीवसम्भाषणम् ।
बालीनिग्रहणं समुद्रतरणं लङ्कापुरीदाहनम्,
पश्चाद्रावणकुम्भकर्णहननमेतद्धि रामायणम् ।।

३८. वैदिकधर्ममा पूतकर्म

वैदिकधर्ममा मनुष्यको जीवन लिएर जन्मेपछि पञ्चशक्तिको आधारमा गर्नुपर्ने विभिन्न वेद, पुराणहरूमा उल्लेख भएका लोकोपकारी कर्महरू यसप्रकार छन् :-

❋ वृक्षारोपण (वृक्ष रोप्ने, संरक्षण-सम्वर्द्धन गरी हुर्काउने वा हुर्काउन व्यवस्था मिलाउने, वर-पीपल, निम, शमी/स्वामी, बेल, अमला, आँप, रूद्राक्ष, पारिजात मुख्य रूख हुन् । विना स्वार्थ सार्वजनिक स्थानमा रोप्नुपर्दछ ।

❋ जलाशय (कुवा, पोखरी, पानीधारा निर्माण गर्नु) ।

❋ प्रपा (पानीट्याङ्की) र प्रतिश्रय (पौवा, पाटी, ठाँटी, सत्तल, धर्मशाला आदि निर्माण गर्नु)

❋ अग्नि (जाडोसमयमा चिसोले बाधा गरेका मानिसलाई आगो बाल्न सहयोग गर्नु)

❋ बाटो (बाटो निर्माण गर्नु वा बाटोमा भएका अवरोध हटाई सफा, सुग्घर र सरल बनाउनु)

❋ कुल्या (स्नान गर्न, पानी खान, खेतबारी सिंचाइ गर्न कुलो निर्माण गरिदिनु)

❋ घट्ट (नदी तलाउ सरोवरहरूमा स्नान गर्न वा पशुपक्षीका लागि जलविहार गर्न घाट निर्माण गर्नु)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- ✵ साँघु (खोला, नदी-नालाहरूमा पुल निर्माण गर्नु)
- ✵ डुङ्गा, नाउ (नदी, तालमा निःशुल्क डुङ्गा र नाउ यात्रुलाई उपलब्ध गराउनु)
- ✵ अन्नक्षेत्र (रोगी, अशक्त, दीन-दुःखी, अनाथ, योगीलाई अन्न दान दिनु वा दूध, जल, भोजन गराउनु)
- ✵ मन्दिर (धार्मिक/सार्वजनिक महत्त्वका स्थानमा आफ्ना इष्टदेवता तथा अन्य देवी-देवताका मन्दिर स्थापना गराउनु वा स्थापनार्थ सहयोग जुटाउनु)
- ✵ अस्पताल (लोकहितको लागि ध्यान दिँदै समाजमा सर्वसुलभ/निःशुल्क सेवा प्रदान गर्न सामुदायिक अस्पताल स्थापनालाई सहयोग जुटाउनु)
- ✵ विद्यालय, पुस्तकालय र छात्राबास (लोककल्याणकारी विद्याको दान गर्न तथा लोकलाई अज्ञानको अन्धकारबाट मुक्त गर्ने उद्देश्यले समाजमा विद्यालय, पुस्तकालय र छात्राबास स्थापनार्थ सहयोग जुटाउनु)
- ✵ द्विजोपनयन र द्विजकन्याविवाह (अनाथ, असहाय कुमारकुमारी बालकहरूलाई पालनपोषण, शिक्षादीक्षा गराई व्रतबन्ध, विवाह गरिदिई रेखदेख गर्नु)
- ✵ द्विजस्थापन (वेद-वेदाङ्ग पढेका, केवल राष्ट्रको मात्र चिन्ता गर्ने, कुलीन मानिसलाई सरल जीवनयापन गर्ने व्यवस्था मिलाउन सहयोग जुटाउन पहल गर्ने) ।

३९. पञ्चमहायज्ञ

गृहस्थले जसरी भए पनि पञ्चमहायज्ञ गर्नुपर्दछ भन्ने शास्त्रको उपदेश छ । ती पञ्चमहायज्ञ यस प्रकार छन् :-

(क) **ब्रह्मयज्ञ** – मानिसले प्रत्येक दिन दैनिक कर्म गरेपछि स्वाध्याय - अध्ययन गर्छ, यही नै ब्रह्मयज्ञ हो ।

(ख) **देवयज्ञ**– मानिसले देवपूजा, साधना लगत्तै अग्निमा होम गर्ने कार्य गर्दछ यही नै देवयज्ञ हो ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

(ग) **भूतयज्ञ** – चराचुरूङ्गी, पशु, वायु, सूर्य, ब्रह्मा, विश्वदेव, धाता, विधाता, प्रतीची ... आदिलाई अन्न भाग दिई मात्र आफूले लिनु भूतयज्ञ हो । (वैदिकमन्त्रसङ्ग्रह)

(घ) **पितृयज्ञ** – गृहयसूत्रका विधानले पितृलाई अन्न भाग दिने काम पितृयज्ञ हो । मानिसले गर्ने श्राद्ध तर्पण नै पितृयज्ञको भाग हो ।

(ङ) **मनुष्य यज्ञ/अतिथि यज्ञ – अतिथिदेवो भव**, ब्राह्मण, ब्रह्मचारी, भिक्षुक, वटुक अतिथि वा मनुष्यलाई यथाशक्ति अन्न दिनु नै मनुष्य यज्ञ वा अतिथि यज्ञ हो । अतिथि भनेको नाता सम्बन्ध नपरेको, धार्मिक उद्देश्य लिएर यात्रामा हिँडेको, निस्वार्थी लोभलालच नभएको व्यक्ति मात्र हो । इष्टमित्र त अभ्यागत (पाहुना) मानिन्छन् ।

४०. जन्मदिन

मानवको अस्तित्व लिएर जन्मिदाको दिनलाई जन्मदिन भनिन्छ । यस दिनको तिथि घडी नक्षत्रको समयको महत्त्वसँगै बालकको जीवन बेतिरहेको हुन्छ । जन्मदिनको तिथिको दिन पारेर गरिने पूजा वा रमाइलो कार्य जन्मोत्सव हो । वर्तमान परिप्रेक्ष्यमा दुई तरिकाबाट जन्मदिन मनाउने गरेको पाइन्छ । पहिलो तिथिअनुसार पूजा गरी अर्थात परम्परागत र दोस्रो बच्चाको खुसीका लागि तारेख मिति अनुसार केक काटेर अर्थात पाश्चात्य शैलीको अनुकरण गरेर मनाइन्छ । पश्चिमी सभ्यताको नक्कल गरी भोजभतेर, तामझाम रमाइलो गर्ने शैली धर्मशास्त्रअनुसार निरर्थक छ ।

जन्मतिथिका दिन दीप, कलश, गणेशसहित अष्टचिरञ्जीवीको स्मरणमा पूजा गर्नाले भविष्यमा आइपर्ने दुःख, कष्ट, सङ्कट रोग हट्दछ र योजनाअनुसारको कार्य सफल हुन्छन् भन्ने धार्मिक विश्वास पाइन्छ । आफ्नो क्षमता, अवस्था, स्थानअनुसार सम्भव भएमा पूजा गर्नु, नभएमा सो दिनमा अष्टचिरञ्जीवीको नाम उच्चारण मात्र गरेर भए पनि फूल, जल, फल अर्पण गरी कन्या, भान्जाभान्जीलाई, टीका, दक्षिणा, फल दिनु र सम्भव भएमा वैदिक ब्राह्मणलाई सिधा दान

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गर्नु, अनाथ, असहाय, वृद्धवृद्धा, वाल-वालिका, वेदआश्रम हरूमा दान दक्षिणा, मिष्ठाङ्ग भोजन, वस्त्र वितरण गर्नु अति उत्तम हुन्छ।

अष्टचिरञ्जीवीहरुको नाम र स्थान यस प्रकार छन् ।

पूर्व

	विभीषण	व्यास	परशुराम	
उत्तर	हनुमान्	मार्कण्डेय	अश्वत्थामा	**दक्षिण**
	प्रह्लाद	बलि	कृपाचार्य	

पश्चिम

(जन्मदिन मनाउँदा गाइनेगान यसै पुस्तकको परिशिष्टको पेज नं.२३० मा दिइएको छ)

४१. अष्टमातृका र अष्टभैरव

मातृका देवीहरूको वर्णन सँगै शक्ति भैरवहरूको प्रसंग पनि जोडिन्छन् । मातृका देवी प्रत्येकले एक/एक जना शक्ति अंकुशी पतिका रूपमा अङ्गीकार गरेको पाइन्छ जुन यस प्रकार उल्लेख छ :

मातृका देवी	**शक्ति भैरव**
ब्राह्मणी	असिताङ्ग भैरव
माहेश्वरी (रूद्राणी)	रूरू भैरव
कौमारी (कुमारी)	चण्ड भैरव
वैष्णवी (भद्रकाली)	क्रोध भैरव
वाराही	उन्मत्त भैरव
इन्द्राणी	कपाली भैरव
महाकाली (चामुण्डा)	भीषण भैरव
महालक्ष्मी	संहार भैरव

तसर्थ हामी जुन मातृकादेवीको मन्दिरमा पूजा गर्दछौं/सोही देवीको शक्ति भैरव चिन्नु वा पत्ता लगाउनु आवश्यक छ। त्यसपछि मात्र उनै शक्तिभैरवको नाम उच्चारण गर्दै पूजा गर्नाले देवी अति खुसी भई तुरून्त फल दिन्छिन् भन्ने मान्यता छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

४२. विष्णुपञ्चक महाव्रत

वामन द्वादशी, नृसिंह चतुर्दशी, एकादशी, रामनवमी र श्री कृष्ण जन्माष्टमीको उपासना गर्नु नै विष्णुपञ्चक महाव्रत हो । यो व्रत गर्नाले जसरी सुनलाई आगोमा तताउँदा शुद्ध नम्बरी सुन बन्दछ त्यसैगरी मानिसको शरीरमा भए-गरेका, अन्तस्करणमा रहेका सम्पूर्ण पापहरू नाश भएर जान्छन् भन्ने विश्वास छ । यस विषयलाई पद्मोत्तरखण्डमा यसरी भनिएको छ -

कृष्णजन्माष्टमी रामनवम्येकादशीव्रतम् ।
वामनद्वादशी तद्वनहरेस्तु चतुर्दशी ।।
विष्णुपञ्चकमित्येव व्रतं सर्वार्थसाधकम् ।
न त्याज्यं सर्वथा प्राज्ञैरनित्यं सर्वथा वपुः ।।

उक्त पाँचवटा तिथिहरू भगवान् विष्णुका प्रिय तिथिका रूपमा चिनिन्छन् तसर्थ भुक्ति र युक्ति चाहने सज्जनहरूले नियमपूर्वक यी तिथिका व्रत-अनुष्ठान गर्नु आवश्यक छ । यसलाई भविष्योत्तरपुराणमा यसरी लेखिएको छ -

द्वादशी चाष्टमी चैव नवमी च चतुर्दशी
एकादशी विशेषेण तिथयो मे महाप्रियाः ।।

यस कारण उपरोक्त तिथिलाई श्री विष्णुपञ्चक महाव्रत भनिएको हो ।

४३. विष्णु अवतार

भगवान् विष्णुका हजारौं अवतारहरू छन् । पशु-पंक्षी, कीरा - फट्याङ्ग्रा, जीव-जन्तु, बोट-बिरूवा ... इत्यादि जे जति वस्तुहरू यस धर्तीमा पाइन्छन् ती सबै विष्णु भगवानका अवतार हुन भन्ने प्रमाण विष्णु पुराणमा व्याख्या गरिएको छ । यसैका आधारमा दश अवतार धेरै प्रसिद्ध छन् ।

श्रीमद्भागवत्मा उल्लेख भएअनुसार २४ (चौबीस) अवतारका नाम यस प्रकार छन् :

१. प्रथम अवतार : कुमार अवतार
२. दोस्रो अवतार : वराह अवतार ❁
३. तृतीय अवतार : देवर्षि नारद अवतार

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

४.	चौँथो अवतार	:	नरनारायण अवतार
५.	पाँचौं अवतार	:	सिद्धस्वामी कपिल अवतार
६.	छैठौं अवतार	:	दत्तात्रेय अवतार
७.	सातौं अवतार	:	यज्ञ अवतार
८.	आठौं अवतार	:	ऋषभदेव अवतार
९.	नवौं अवतार	:	राजा पृथु अवतार
१०.	दसौं अवतार	:	मत्स्यअवतार ❁
११.	एघारौं अवतार	:	कूर्म अवतार ❁
१२.	बाह्रौं अवतार	:	धन्वन्तरी अवतार
१३.	तेह्रौं अवतार	:	मोहिनी अवतार
१४.	चौधौं अवतार	:	नृसिंह अवतार ❁
१५.	पन्ध्रौं अवतार	:	वामन अवतार ❁
१६.	सोह्रौं अवतार	:	परशुराम अवतार ❁
१७.	सत्रौं अवतार	:	व्यास अवतार
१८.	अठारौं अवतार	:	राम अवतार ❁
१९.	उन्नाइसौं अवतार	:	बलराम अवतार
२०.	बीसौं अवतार	:	कृष्ण अवतार ❁
२१.	एक्काईसौं अवतार	:	हंस अवतार
२२.	बाईसौं अवतार	:	गजेन्द्रोद्धारक, हरि वा ह्रयग्रीव अवतार
२३.	तेईसौं अवतार	:	बुद्ध अवतार ❁
२४.	चौबीसौं अवतार	:	कल्की अवतार ❁

(❁ दश अवतार भित्र)-*श्रीमद्भागवत महापुराण (हिन्दी अनुवाद)/गीताप्रेस।*

४४. राशि र ग्रह

मानिस, बालकको रूपमा आमाको कोखबाट धर्तीमा आउँदाको समय महत्त्वपूर्ण हुन्छ। बच्चा जन्मदा कुन राशि कति स्थानमा रहने समय छ र ग्रहको दृष्टिगोचर के कस्तो छ सोहीअनुसार मानिसको आगामी दिनहरू अर्थात् भविष्य निर्धारण भएको हुन्छ भन्ने ज्योति विज्ञानको मान्यता छ। व्यवहारिक जीवन भोगाइ भएकाहरूले पनि केही प्रतिशत जन्मिदा नै लेखिएको हुन्छ भने केही प्रतिशत मात्र

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मानिसको आफ्नो वा अभिभावकको मार्गदर्शन र परिश्रमअनुसार भोग्न पाइन्छ । सायद त्यसैले होला विश्वका धेरै मुलुकहरूमा आफ्नो देशको चलनअनुसारको शुभ दिनमा शल्यक्रिया गराई बच्चा जन्माउने चलन पनि छ। जस्तै, चीनमा २००८ - ०८ - ०८ मा हजारौँले शल्यक्रियाद्वारा बच्चा जन्माएका थिए किनकि त्यहाँ ८ अङ्क शुभ मानिन्छ ।

बालक जन्मदा समयका आधारमा ब्राह्मणले बालकको नामकरण गर्दछन् । त्यसरी राखिएको नामको पहिलो अक्षरका आधारमा राशि मिल्छ । जस्तै : चु, चे, चो, ला, लि, लु, ले, लो, अ अक्षरबाट नाम सुरू हुने चुडामणि, चुना, अर्जुन, अन्जु, चेतनाथ, चेतनारायण, चोलाकान्त, चोलकुमारी, लीला, लिखत, लेखनाथ, लोकनाथ आदि नाम हुनेको मेष राशि हुन्छ । यसरी नै सबै नाम राशि मिल्दछन् कसैले मायाले राखेको नाममा यो मिल्दैन् ।

(१) चू चे चो ला ली लु ले लो अ - मेष (ARIES)
(२) इ उ ए ओ वा वि वु वे वो - वृष (TAURUS)
(३) क का की कु घ ङ छ के को ह - मिथुन (GEMINI)
(४) हि हु हे हो डा डि डु डे डो - कर्कट (CANCER)
(५) मा मी मू मे मो टा टी टु टे - सिंह (LEO)
(६) टो पा पी पू ष ण ठ पे पो - कन्या (VIRGO)
(७) रा री रु रे रो ता ती तू ते - तुला (LIBRA)
(८) तो ना नी नु ने नो या यि यु - वृश्चिक (SCROPIO)
(९) ये यो भा भी भू धा फा ढा भे - धनु (SAGITARIOUS)
(१०) भो जा जी जू जे जो ख खि खु खे खो गा गी- मकर (CAPRICORN)
(११) गू गे गो सा सी सू से सो द - कुम्भ (AQUARIUS)
(१२) दी दू थ झ भ (ज) दे दो चा ची - मीन (PISCES)

यी माथि वर्णन गरिएका १२ राशिका मालिक अर्थात् स्वामी ग्रह हुन्छन् । आफ्नो राशिअनुसारको स्वामी ग्रह चिनेर विशेष पूजा, आराधना, मन्त्र/पाठ/जप (बिहान/साँझ) जलार्पण गर्दा अशुभ भए शुभ हुन्छ भने शुभ नै भए अति उत्तम फल दिने हुन्छ। त्यसैले मालिक ग्रह चिनौ र कर्म गरौं ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मेष र वृश्चिकको स्वामी	मंगल
कन्या र मिथुनको स्वामी	बुध
धनु र मीनको स्वामी	बृहस्पति
सिंहको स्वामी	सूर्य
मिथुनको स्वामी	केतु (बुध)
वृष र तुलाको स्वामी	शुक्र
कर्कटको स्वामी	चन्द्रमा
मकर र कुम्भको स्वामी	शनि
कन्याको स्वामी	राहु (बुध)

प्रत्येक ग्रहअनुसारको जप गर्ने मन्त्र यसप्रकार छन् :

ग्रहको नाम	मन्त्र	गोत्र	प्रिय रङ्ग
सूर्य	**ॐ सूर्याय नमः**	**काश्यप**	**रातो**
चन्द्रमा	**ॐ सोमाय नमः**	**आत्रेय**	**सेतो**
मङ्गल	**ॐ भौमाय नमः**	**भारद्वाज**	**रातो**
बुध	**ॐ बुधाय नमः**	**आत्रेय**	**पहेँलो**
बृहस्पति	**ॐ बृहस्पतये नमः**	**आङ्गिरस**	**पहेँलो**
शुक्र	**ॐ शुक्राय नमः**	**भार्गव**	**सेतो**
शनि	**ॐ शनैश्चराय नमः**	**काश्यप**	**कालो**
राहु	**ॐ राहवे नमः**	**पैठीनस**	**कालो**
केतु	**ॐ केतवे नम**	**जैमिन**	**ध्वाँसे**

प्रत्येक राशिअनुसार जप गर्ने मन्त्र, स्मरण गर्नुपर्ने इष्ट देवता यस प्रकार छन् :

राशि	मन्त्र	इष्ट देवता
मेष	**ॐ लक्ष्मीनारायणाय नमः**	**श्रीलक्ष्मीनारायण**
वृष	**ॐ ह्रीं विश्वरुपाय नमः**	**विराटस्वरुप श्रीविष्णु**
मिथुन	**ॐ ह्रीं क्रीं केशवाय नमः**	**शङ्खचक्रधारी श्रीविष्णु**
कर्कट	**ॐ ह्रीं सन्याय हिरण्यरुपाय नमः**	**ब्रह्मा, विष्णु, महेश**
सिंह	**ॐ ह्रीं बालमुकुन्दाय नमः**	**दही खाएका श्रीकृष्ण**
कन्या	**ॐ ह्रीं परमात्मने नमः**	**पीताम्बरधारी श्रीविष्णु**

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

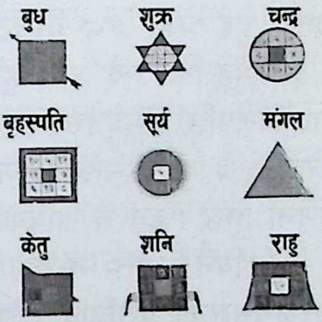
तुला	**ॐ श्रीं रामचन्द्राय नमः**	**मर्यादापुरुषोत्तम श्रीराम**
वृश्चिक	**ॐ क्रीं जानकीनाथाय नमः**	**गजेन्द्र उद्धारक श्रीहरि**
धनु	**ॐ क्रीं भगवते नमः**	**शेषशायी श्रीविष्णु**
मकर	**ॐ श्रीवत्साय उपेन्द्राय नमः**	**वटुवामन श्रीत्रिविक्रम**
कुम्भ	**ॐ श्री गोपालगोविन्दाय नमः**	**गाईसहित श्रीविष्णुगोपाल**
मीन	**ॐ श्रीं ह्रीं श्रीं क्रीं रथाङ्गचक्राय नमः**	**ओखलमा बाँधेका श्रीकृष्ण**

आफ्नो स्वामी ग्रहलाई विशेष मन्त्रद्वारा कर्म गरिसकेपछि सम्पूर्ण ग्रहलाई पनि सम्झनुपर्दछ । त्यसैले निम्न मन्त्र पढ्नु :

ॐ आवाहित सूर्यादिनवग्रहेभ्यो नमः

आफ्नो चाहना वा इच्छाअनुसारको फल प्राप्तिलाई स्मरण गर्दै तलको श्लोकद्वारा हात जोडी प्रार्थना गर्नु ।

ॐ ब्रह्मा मुरारिस्त्रिपुरान्तकारी,
भानुः शशी भूमिसुतो बुधश्च ।
गुरुश्च शुक्रः शनिराहुकेतवः,
सर्वे ग्रहाः शान्तिकरा भवन्तु ।।



नवग्रहका स्थानकोण, यन्त्र, अकार र दिशा तालिका यस प्रकार छ :

श्री नवग्रहस्तोत्र पृष्ठ नं. २२९ मा उल्लेख गरिएको छ ।

ग्रह शान्तिको निमित्त चाहिने आवश्यक सामग्री

सेतो वस्त्र, धान एक टपरी, सुनको प्रतिमा, छाता, कालोभटमास, जटा नरिवल, लट्ठी, जुत्ता, फूलबुट्टे चोलोको कपडा, मास, कालो तील, जनै, सुपारी दसवटा, रंगीबिरंगी टीका, तेल, नुन, रंगीबिरंगी अक्षता, रंगीबिरंगी धजा, कच्चा धागो, जौ फलाम, तिल, कुश, सामान्य पूजा सामग्री (फलफूल, अगरबत्ती, धोती, बत्ती ... आदि) र आफूले कुनै ग्रहको विशेष शान्तिपूजा गरिँदै छ भने सोही ग्रहलाई मनपर्ने वस्तुहरू ज्योतिषिको सल्लाहअनुसार राख्नुपर्दछ ।

ग्रह गोचर खराब भई दुःख मात्रै झेल्नुपरेमा यस पुस्तकमा उल्लेख गरिएका ग्रहका बारेमा राम्ररी अध्ययन गरी नव ग्रहको फोटो, प्रतिमा नभए चामल/गहुँको पिठो रंगीचङ्गी बनाई यहाँ उल्लेख

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गरिएका आकारअनुसार शुद्ध स्थानमा बनाउनु। नित्यकर्म पूजा सकेपछि सङ्कल्पसहित यथा सामग्रीले पूजा गरी नवग्रह स्तोत्र पाठ प्रार्थना नौ दिनसम्म गर्नु । नवौं दिनका दिन क्षमायाचनासहित समापन गरी कन्यालाई टीका, दक्षिणा, साधुसन्तलाई यथाशक्य कपडा, पैसा, भोजन सामग्री दान गर्नु र पूजा सामग्रीलाई गङ्गामा प्रवाह गरिदिनुमा शीघ्र शान्ति तथा कामना पूर्ण हुन्छ।

४५. सप्तवार व्रत

एक वर्षमा ३६५ दिन र अधिक मास १ दिन गरी ३६६ दिन (प्रत्येक ४ वर्षमा) हुन्छन्। एक वर्षमा ५२ हप्ता हुन्छन्। एक हप्तामा सात बार हुन्छन् । प्रत्येक बारको अलग अलग महत्त्व र विशेषता छन् । दुई घडी ४८ मिनेटको १ मुहर्त हुन्छ । १५ मुहूर्तको १ दिन र १५ मुहूर्तको एक रात हुन्छ । सूर्योदयबाट ३ मुहूर्तसम्म प्रातकाल, प्रातकालपछि ३ मुहूर्तसम्म मध्यान्हकाल, यसपछि ३ मुहूर्त अपरान्हकाल यसपछि ३ मुहूर्त सन्ध्याकाल र त्यसपछिको समय रात्रीकालको रूपमा गणना हुन्छ। हुन त रात्रिकालमा पनि घडीपला मुहूर्त हुन्छ।

यिनै सात वारका आ-आफ्नै प्रभाव र स्वामी हुन्छन् । वारअनुसारको व्रतविधि र फल पनि पाइन्छन् । सबै भगवान्को पूजा आराधना र उपासना गर्दा पनि बारहरू सम्बन्धित हुन्छन्। कुनै पनि व्रत बस्ता आफ्नो कामना/इच्छा पूरा गर्ने लक्ष्य लिई सुरू गरिन्छ त्यसैले त्यससँग सम्बन्धित कुराहरूमा ज्ञान लिएर गरियो भने त्यो व्रत/कार्य त्रुटिविहीन हुन गई छिटो फलदायक र प्रभावकारी हुन्छ नत्र भने शरीरलाई कष्टमात्र र देखावटी मात्र हुन जान्छ। कुनै पनि व्रत आरम्भ गर्दा सङ्कल्प गर्नु अनिवार्य हुन्छ । सङ्कल्प गर्दा जस्तो प्रकारबाट वाचा-बन्धन गरिन्छ सोहीअनुसार सङ्कल्पित समयसम्म गर्नु पर्दछ। सङ्कल्प गर्दा यथासम्भव तिथि जुराएर ब्राह्मणलाई गौदानसहित गर्नु पर्दछ, नभए व्रत समापनमा भए पनि गराउनु । लामो व्रत रहँदा बीच बीचमा सिदा दान गर्नु, व्रतअनुसारको देवी-देव मन्दिरको दर्शन-पूजा गर्नु र क्षमता र व्रतअनुसारको सामग्री दान गर्नु उत्तम हुन्छ । व्रत रहेको अवस्थामा कुन फल, फूल, नैवेद्य वा सामग्री आफूले व्रत गरेको

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

भगवान्लाई अति मनपर्छ वा अर्पण गर्न नै हुँदैन भन्ने कुरा थाहा पाउनु जरूरी हुन्छ ।

व्रत धेरै प्रकारले गर्ने गरेको पाइन्छ । स्थान, जाति, लिङ्ग र उमेरका आधारमा पनि गर्ने गरेको पाइन्छ । कसले वा कुन ठाउँमा कसरी गर्दछन् भन्दा पनि वास्तविकता के हो र आफ्नो क्षमता-अवस्था कस्तो छ सोहीअनुसार गर्नु उत्तम विधि हो । यस सम्बन्धमा पद्म पुराणमा यसरी लेखिएको छ ।

अष्टौ तान्यव्रतन्धाति आपो मूलं फलं पयः ।
हविर्ब्राह्मणकाम्या च गुरोर्वचनमौषधम् ।।

अर्थात् जल, फल, मूल (कन्दमूल) दूध, हवि (हवन गर्ने द्रव्य) ब्राह्मणको इच्छा, औषधी र गुरूवचन यी आठ कुराले व्रत बिग्रादैन । सामान्यतया एकादशी, तीज, शिवरात्रीलगायत केही अन्य पर्वमा बाहेक अन्य धेरै व्रत/उपासना लगभग एकै प्रकारका हुन्छन् । व्रतअनुसार ब्रह्मचर्य नियम पनि महत्त्वपूर्ण छ । व्रतअनुसार ठ्याक्कै किटान गरी बनाइएको नियम कतै नपाइए पनि सत्य युगमा आरम्भ गरिएका व्रत नियमलाई कलियुगको परिस्थितिमा अपनाउँदा केही फरक हुनु स्वाभाविक हो तर सबै गलत र उल्टो भने हुनुहुँदैन । दूध भनेर नामकरण गरिए पछि दूधको मात्रा त हुनुपर्दछ मात्र फरक कति प्रतिशत पानी र कति प्रतिशत दूध भन्ने हो । व्रतका समयमा अष्टमैथुनका साथै विभिन्न क्रियालाई शास्त्रले निषेध गरेको छ ।

अर्थात् नराम्रा कुराहरूलाई सम्झिनु, चर्चा परिचर्चा गर्नु, अरू प्रति छोडखान गर्नु, नियालेर हेर्नु, एकान्तमा बसेर कुराकानी गर्नु, दृढ निर्णय लिनु, एकोहोरो मनमा वाचा लागिरहनु, मैथुन गर्नु जस्ता कार्यहरू व्रतको सयमा गर्नु हुँदैन । यो नियम पितृ तर्पण, यज्ञ-यज्ञादि, तीर्थयात्रा र सबै प्रकारका व्रत तथा उपासनाहरूमा गर्नुपर्दछ ।

विभिन्न किसिमको अध्ययन-अनुसन्धानअनुसार व्रत निम्न तरिकाबाट लिन सकिन्छ । जस्तै-

- निर्जल/स-जल/स-फलाहार (केवल १/२ पटक रूख/बोटमा फलेका फलमात्र)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- इच्छाअनुसार जलाहार, फलाहार, गोरस आहार,
- शुद्ध वस्तुमध्ये नुन, चामलबाहेक एक आहार (साँझको पूजा-आरतीपछि मात्र एकपटक)
- शुद्ध आहार (भोजन) साँझमा मात्र एक पटक
- शुद्ध भोजन इच्छाअनुसार

सत्ययुगमा जे जसरी गरिए पनि कलियुगको परिस्थितिमा तरकारीहरूमा प्याज, लसुन, कोदो, भट्टमास बाहेक अन्य त्यति तर्कयुक्त विषय छैनन् भने फापर, जुनेलो, जौलाई अति शुद्ध र सावदाना, गाहुँ, मकै आदिलाई पनि शुद्ध फलाहारको रूपमा लिइन्छ। लामो समयसम्म लिइने ब्रतसम्वन्धमा वीचमा मरण, जन्मजस्ता आशौचले केही असर पर्दैन, तर पूजा गर्नु हुँदैन। यसलाई शास्त्रमा यसरी लेखिएको छ :

बहुकालिकसङ्कल्पो गृहीतश्च पुराम् यदि ।
सुतके मृतके चैव व्रतं तन्नैव दुष्यति ।।(शुद्धितत्त्व-विष्णु)

गणेश-चतुर्थी, अनन्त-चतुर्दशी अर्कसप्तमी ... जस्ता व्रतमा पूजा गर्नुपर्ने भएकोले सुतक आशोच लाग्दछ केवल व्रत मात्र गर्न सकिन्छ।

महिलाहरू व्रत गर्ने समयमा रजस्वला भएको खण्डमा पनि सङ्कल्प गरेर आरम्भ गरेको भएमा रोक्नुहुँदैन, निरन्तरता दिनुपर्दछ। यसलाई सत्यव्रत ग्रन्थमा यसरी लेखिएको छ :

प्रारभ्यदीर्घतपसां नारीणां यद्रजो भवेत् ।
न तत्रापि व्रतस्य स्यादुपरोधः कदाचन ।।

११ वर्षभन्दा कम उमेरका बालक, रोगी र वृद्धाहरूले भने अवस्थाअनुसार गर्न सकिन्छ। व्रत सुरू गर्नुभन्दा अगाडि कर्म, फलाहार, समय आदिको स्वरूपसहितको सङ्कल्प गर्नु।

४६. शालग्राम

हिन्दुधर्म संस्कृतिमा शालग्रामलाई देवताका रूपमा पुजिन्छ। यो एक प्रकारको पत्थर (ढुङ्गा) नै हो। शालग्रामलाई शिला पनि भनिन्छ। यो संस्कृत शब्द हो। विश्वको एकमात्र शालग्रामको उद्गम स्थल भनेर

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

मुक्ति क्षेत्रलाई नै चिनिन्छ। यहीबाट उत्पन्न भएर बहने कृष्णगण्डकीले साथमा बगाएर लैजादा अन्य ठाउँमा पनि यदाकदा भेटिन्छन्। शालग्राम काला र चिल्ला हुन्छन्। कुनै कुनै त चक्रधारी रूपमा पनि पाइन्छन्। धर्मशास्त्रअनुसार अन्य ढुङ्गा, धातुका मूतिहरू भएमा प्राण प्रतिष्ठा गर्नु पर्दछ तर शालग्राममा स्वयं श्री विष्णु विराजमान हुनहुन्छ, त्यसैले ल्याएर गाईको दुध, घ्युले स्नान गराई सिधै पूजा आसनमा राखेर पूजा गर्न सकिन्छ। शालग्रामबाट बगेको जलमा स्नान गर्नाले, जल पिउनाले जघन्य अपराध तथा ब्रह्महत्याजस्ता दोषहरूवाट मुक्ति मिल्दछ। त्यसैले स्नान समयमा गङ्गाजल मिलाएर नुहाउने चलन व्यापक छ। त्यो नभए पनि घरमा शालग्राम छन् भने स्नान गराएको जल भाँडोमा राखेर पनि स्नान गरिन्छ। यदि कसैको घरमा शालग्रामको पूजा गरिन्छ भने सम्पूर्ण तीर्थहरूको बास त्यही हुन्छ भनी अठारौं पुराणहरूमा बताइएको छ।

शालग्रामलाई पञ्चाङ्ग देवताको स्वरूप मानेर आ-आफ्नो दिशाअनुसार आसनमा राखेर पूज्ने चलन परम्परादेखि चलि आएको छ। शालग्रामको पूजा गर्दा सदैव शालग्रामको मात्र पूजा गर्नुपर्दछ तर एक जोडा मात्र (२ वटा) र बिजोडमा १, ३ वटा नराख्नु भनेर मुक्तिक्षेत्र महात्म्यमा यसरी लेखिएको छ।

शालग्रामाः समाः पूज्या विषमा न कदाचन ।
समेषु न द्वयं पूज्यं विषमेष्वेकमेव हि ।।

शालग्रामलाई पूजा आसनमा राख्दा तुलसी पत्र/मञ्जरी/डाँठ र शङ्ख (दाहिने) सँगै वा एकै आसनमा राख्नु अनिवार्य छ। स्नान बाहेक अन्य समयमा अलग राख्नु महापाप मानिन्छ। संसारकै सबैभन्दा ठूला शालग्रामको रूपमा गुल्मी जिल्लाको पूर्वमा पर्ने तीर्थ रूद्रवेणी भन्दा माथि (सेतीवेनी) गण्डकी नदी किनारमा रहेको शिलालाई मानिन्छ। असल तीर्थालु वा भक्तहरूलाई शालग्राम उपलब्ध हुने स्थान दामोदरकुण्ड, कागवेनी क्षेत्र, जोमसोम, पुलहाश्रम, गलेश्वर, रूद्रवेणी, रूरूक्षेत्र, देवघाटधाम, त्रिवेणीधाम लगायत नै हुन्।

शालग्रामको बारेमा स्कन्दपुराण वराहपुराण, श्रीमद्भागवत, पद्मपुराण विष्णु पुराणहरूमा, विस्तृत व्याख्या गरिएको छ भने

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सम्पूर्ण पुराणहरू, माहात्म्यहरूमा समेत चर्चा गरिएको छ । विभिन्न सम्बन्धित तिथि, बार महिना वा तीर्थाटनअनुसार (सम्भव भएमा नित्य) शालग्रामस्तोत्र पाठ गर्न सकेमा अनन्त पुण्यलाभ हुन्छ । श्री शालग्रामस्तोत्र पृष्ठ नं. २२५ मा उल्लेख गरिएको छ ।

४७. सर्वतीर्थमयी मुक्तिदायिनी गोमाता (गाइ)

त्वं माता सर्वदेवानां त्वं च यज्ञस्य कारणम् ।
त्वं तीर्थं सर्वतीर्थानां नमस्तेऽस्तु सदानघे ।।
शशिसूर्यारुणा यस्या ललाटे वृषभध्वजः ।
सरस्वती च हुङ्कारे सर्वे नागाश्च कम्बले ।।
क्षुरपृष्ठे च गन्धर्वा वेदाश्चत्वार एव च ।
मुखाग्रे सर्वतीर्थानि स्थावराणि चराणि च ।।

(स्कन्दपुराण, ब्रह्मपुराण)

'तिमी नै सबै देवताहरूकी माता हौ, यज्ञकी कारणरूपा एवं सम्पूर्ण तीर्थहरूकी महातीर्थ हौ, हामी तिमीलाई सधैं नमस्कार गर्छौं । तिम्रो शिरमा चन्द्रमा, सूर्य, अरूण र शङ्करजी हुनुहुन्छ, भने हुङ्कारमा सरस्वती सम्पूर्ण शरीरमा नागगण खुरमा गन्धर्व र चार वेद तथा मुखमा सम्पूर्ण चर-अचर तीर्थहरू विराजमान हुनुहुन्छ ।' उक्त श्लोक ब्रह्मा, विष्णु र महेश्वरद्वारा कामधेनु नामकी गाईलाई गरिएको स्तुतिको अंश हो।

गाई यस्ती जनावर हुन् जसको महत्त्व र मूल्यका बारेमा हाम्रा देवी देवताहरूले समेत व्याख्या गरेर थाकेनन् । त्यस पछिका ऋषिमुनिहरूले त्यसको अनुसरण गर्ने प्रयास गरे । ऋषिमुनिहरू पछिका पुस्ता केहीले महत्त्व बुझ्ने प्रयास गरी संरक्षण र सम्वर्द्धन तर्फ उन्मुख भए भने केही पश्चिमा संस्कृतिको अनुकरण गर्दै काल्पनिक र सांसारिक अन्धकारतर्फ धकेलिए । त्यही अंशको विकसित रूप अहिले समाजमा भन्न पनि नसकिने गरी फैलिरहेको अवस्था छ तसर्थ यो सानो चिनारीले सबैलाई प्रशंसनीय कार्यमा मद्दत पुऱ्याओस् भन्ने चाहना र कामना मेरो रहेको छ।

सनातन हिन्दुधर्म र संस्कृतिलाई संरक्षण सम्वर्द्धन गर्न तथा हिन्दु सदाचारका विभिन्न सुखमय वा दुःखमय कार्यहरू सम्पन्न गर्न गाई

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अथवा गाइबाट प्राप्त हुने पदार्थविना सम्भव हुँदैन्। गाइको गोवर (मल), मुत्र (पिसाब), दूध, दही, घ्यू, सिङ्ग, खुर .... आदि नभई नहुने वस्तु हुन् जसको अभावमा यज्ञ, यज्ञादि, विवाह, व्रतबन्ध, स-साना पूजाहरू, मरणमा गरिने काजक्रिया जस्ता कुनै पनि कर्महरू पूर्ण हुन सक्तैनन्।

गौमाताको महत्त्व, मान, सम्मानका विषयमा नेपालमा भन्दा भारतको इतिहासमा निकै ठूला ठूला घटनाहरू भएको पाइन्छ। श्री कृष्ण भगवान्देखि भगवान् व्यासदेव, महर्षि वशिष्ठ, गोस्वामी तुलसीदास, अनन्त श्रीविभूषित जगतगुरू शङ्काराचार्यहरू, विभिन्न समयका सन्त महात्माहरू, ज्योतिषाचार्यहरू, राष्ट्रपति, प्रधानमन्त्री लगायत हजारौंको सङ्ख्यामा रहेका व्यक्तिहरूको प्रयास प्रशंसनीय छ।

गाईलाई पञ्चमाताहरूमध्ये श्रेष्ठ माताको रूपमा लिइन्छ। गाइका प्रत्येक अङ्ग अङ्गमा देवताहरू निवास गर्छन्। स्कन्दपुराणमा लेखिएको छः

लक्ष्मीश्च गोमये नित्यं पवित्रा सर्वमङ्गला।
गोमयालेपनं तस्मात् कर्तव्यं पाण्डुनन्दन ।।

अर्थात्: गाइको गोबरद्वारा लेपन गरिएको स्थानमा लक्ष्मीको सदा बास हुन्छ। त्यसैले नित्यरूपमा गर्न नसक्नेहरूले वर्षको एक पटक भए पनि गाईको गोवरद्वारा घरका द्वारहरू, पूजा स्थान आदि लेपन गर्दछन्। एक दिन मात्र भए पनि विशेष रूपमा पूजा अर्चना गर्दछन्। जसको फल वर्ष भरि नै पाउँदछन्। निर्णय सिन्धुमा बताइएअनुसार जुन व्यक्तिसँग आफ्ना पितृको श्राद्ध गर्नको लागि केही पनि नभएमा वा सङ्कटकालीन समयमा पित्तृको स्मरणमा श्रद्धापूर्वक गौमातालाई घाँस खुवाएमा श्राद्धको फल मिल्दछ। **'तृणानि वा गवे दद्यात्'** ।

गाईलाई घाँस दिंदा भन्ने मन्त्र :

सुरभि वैष्णवी माता नित्यं विष्णुपदे स्थिता।
गोग्रासोऽयं मया दत्तः सुरभे प्रीयतामिति ।।

हे! कामधेनुको सन्तान गौमाता तपाइँ सधै विष्णुपदमा रहनु भएको छ। मैले अर्पण गरेको गोग्रासबाट सधैं प्रसन्न हुनुहोस्।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

गाईपूजा गर्दा भन्ने मन्त्र

नमो गोभ्यः श्रीमतीभ्यः सौरभेयीभ्य एव च ।
नमो ब्रह्मसुताभ्यश्च पवित्राभ्यो नमो नमः ।।

तसर्थ, गाईलाई सबैले समयमा नै चिन्नु, यसको महत्त्व बुझ्नु आवश्यक छ । सङ्कटमा परि रहेको अवस्थामा यिनलाई बचाउनु हाम्रो ठूलो पुण्यको काम र कर्तव्य पनि हो । गौमाताको संरक्षण संवर्द्धनमा आ-आफ्नो क्षेत्रबाट यथाशक्य प्रयास गर्नु नै महान धर्म हो ।

४८. तुलसी

सनातन हिन्दुधर्म संस्कृतिमा तुलसीको बोटको विशिष्ट स्थान छ। हिन्दुधर्म ग्रन्थहरूमा उल्लेख भएअनुसार तुलसीलाई भगवान विष्णुको अंश मानिएको छ। यस विरूवालाई विभिन्न औषधीहरूको रूपमा पनि प्रयोग गर्ने चलन छ । तुलसीको उपस्थिति बिना कुनै पनि धार्मिक कार्यहरू पूर्ण मानिदैंन र भगवान्लाई अर्पण गरेको नैवद्य, फल वा प्रसाद ग्रहण हुँदैन ।

या दृष्टा निखिलाघसंघशमनी स्पृष्टा वपुः पावनी
रोगाणामभिवन्दिता निरसनी सिक्तान्तकत्रासिनी ।
प्रत्यासत्तिविधायिनी भगवतः कृष्णस्य संरोपिता
न्यस्ता तच्चरणे विमुक्तिफलदा तस्यैत ।।

तुलसीको दर्शन मात्रै गर्नाले पनि सारा पाप नष्ट गरिदिन्छिन् । स्पर्श गरेपछि शरीरलाई पवित्र बनाइदिन्छिन् । प्रणाम मात्रै गर्नाले पनि रोगानिवारण हुन्छ । जलसेचन गर्नाले यमराज पनि त्यस्ता व्यक्तिसँग डराउँछन् । तुलसी रोप्नाले त झन् भगवान् श्रीकृष्णको नजीक भइरहिन्छ। भगवान्को चरणमा तुलसीको मञ्जरी अर्पण गर्नाले त मोक्षरूपी फल नै प्राप्त हुन्छ ।

यस विरूवालाई घरको अगाडि वा उच्च भागमा विशेष स्थानमा राखिन्छ । तुलसीलाई ज्येष्ठ शुक्ल पक्षमा पर्ने निर्जला एकादशीको दिनमा बीजारोपण गर्नुपर्दछ र आषाढ शुक्ल पक्षमा पर्ने हरिशयनी एकादशीको दिनमा महिरोमा रोपी, जल, मल गोड मेल गर्दै हुर्काई

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कार्तिक शुक्लपक्षमा पर्ने हरिबोधनी एकादशीको दिन विधिपूर्वक पूजा आजा गरी विवाह गरिदिनुपर्ने कुरा शास्त्रमा उल्लेख छ । आफ्ना मातापिता नहुनेहरूले मरण तिथि, ग्रहण, औंसी (पितृ औंशी विशेष) एकादशी, सोह्र श्राद्धजस्ता दिनहरूमा तुलसीको बोट वा महिरोको नजिकमा बसेर विधिपूर्वक आफ्ना पितृहरूको नाम स्मरण गरी गीता, पितृसूक, तुलसी स्तोत्र, जस्ता पाठ गरी ब्राह्मण वा कन्यालाई टीका, दक्षिणा दिई दण्डवत् गरी सिदा/फल/दूध/भोजन गराउनाले पितृहरूले मुक्ति पाइ आशीर्वाद प्राप्त हुन्छ भन्ने मान्यता रहेको छ । तुलसी पत्र/मञ्जरी र तीर्थको जल कहिल्यै पनि बासी हुँदैन ।

वर्ज्यं पर्युषितं पुष्पं वर्ज्यं पर्युषितं जलम् ।
न वर्ज्यं तुलसीपत्रं न वर्ज्यं जाह्नवीजलम् ।। **(बृहन्नारदीय)**

यस बोटलाई जुनसुकै समयमा छुनु पनि हुँदैन । जस्तै स्त्री रजस्वला भएको पाँच दिनसम्म, सूर्यास्त, सूतक र मरणको समयमा । यसका पत्र र विज निकाल्ने (टिप्ने) पनि समय, वार तिथि र मन्त्रहरू हुन्छन् । आइतवार, मङ्गलवार र शुक्रवार, द्वादशी, औंसी, पूर्णिमा, सङ्क्रान्तीमा तुलसी पत्र टिप्नु हुँदैन तर भुइँमा खसेको पत्र भने लिन सकिन्छ तसर्थ यी दिनबाहेक अन्य समयमा तुलसीपत्र तलबाट माथितर्फ एकै साथ मञ्जरीसहित टिपेर पूजा समयको लागि राख्नु उत्तम हुन्छ । भगवान् विष्णुको सबभन्दा मनपर्ने फूल तुलसी मञ्जरी हो ।
यसलाई निर्णयसिन्धुमा यसरी भनिएको छ ।

वैधृतौ च व्यतीपाते भौमभार्गवभानुषु ।
पर्वद्वये च सङ्क्रान्तौ द्वादश्याम् सुतके द्वयो ।। (निर्णयसिन्धु)

निषिद्धे, दिवसे प्राप्ते गृह्णीयाद् गलितम् दलम् ।
तेनैव पूजां कुर्वीत न पूजां तुलसींविना ।। (वराहपुराण)

आह्निक सूत्रावलीमा बताइएअनुसार यदि शालग्राम पूजाको लागि तुलसी छैनन भने वर्जित गरिएका तिथिमा पनि तुलसीपत्र टिप्दा दोष छैन । त्यसैले शालग्राम-तुलसीपत्र र शङ्ख एकै साथ राख्नु अनिवार्य छ । फोहोर हात, विना स्नान र जुत्ता लगाएर पनि तुलसी पत्र टिप्नु हुदैन ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

तुलसीपत्र टिप्दा भन्ने मन्त्र :

तुलस्यमृतजन्मासि सदा त्वं केशवप्रिया ।
चिनोमि केशवस्यार्थे वरदा भव शोभने ।।
त्वदङ्गसम्भवैः पत्रैः पूजयामि यथा हरिम् ।
तथा कुरु पवित्राङ्गि ! कलौ मलविनाशिनि । (आह्निकसूत्रावली)

चतुर्मासभरि तुलसीपूजन गर्दा भन्ने मन्त्र :

वृन्दा वृन्दावनी विश्वपूजिता विश्वपावनी ।
पुष्पसारा नन्दिनी च तुलसी कृष्णजीवनी ।
एतन्नामाष्टकं चैव स्तोत्रं नामार्थसंयुतम् ।।

तुलसीदर्शन गर्दा भन्ने मन्त्र :

प्रसीद मम देवेशि कृपया परया सदा ।
अभीष्टफलसिध्यर्थं कुरु मे माधवप्रिये ।।

तुलसी स्तोत्र यसै पुस्तकको परिशिष्ठ शीर्षकमा पृष्ठ नं. २२७ मा उल्लेख गरिएको छ ।

४९. बेल

भगवान् शिव शङ्कर भोलेनाथको सबैभन्दा प्रिय वस्तुको रूपमा वेल पत्र (तीनपत्रे) र बेलफल पर्दछन् । विशेष गरी श्रावण महिना, सोमबार र शिवरात्रिमा भगवान् आशुतोषलाई बेलपत्र र फल चढाउँदा ठूला-ठूला यज्ञ यज्ञादि गरे समान फल मिल्दछ। पद्मपुराण, लिङ्गपुराण, शिवपुराणजस्ता ग्रन्थहरूमा यसको महत्त्व र उपयोगिताका बारेमा उल्लेख छ। यो वृक्ष अलि ठूलो र काँडेदार भएकोले टिप्न सहज हुँदैन तर अन्य बासनादार फूल हजारौं चढाएको भन्दा यो (तीन पत्रे) पत्र सुकेको भए पनि एउटा मात्र चढाउँदा सयौं गुणा बढी फल पाइन्छ।

बेलपत्र टिप्दा पनि, सुतक, मरण, रजस्वलाजस्ता दिनहरू वर्जित छन्। बेलपत्र चतुर्थी, अष्टमी, नवमी, चतुर्दशी, औंसी, सङ्क्रान्ति र सोमवारका दिन बाहेकका समयमा मात्र टिप्न सकिन्छ।

स्कन्दपुराणमा बताइएअनुसार भोलेनाथलाई अर्पण गर्नको लागि नचढाएको बेलपत्र र फल नभएमा अरूले चढाएकोलाई नै धोई पखाली पुनः अर्पण गर्दा पनि उत्तम हुन्छ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अर्पितान्यपि बिल्वानि प्रक्षाल्यापि पुनः पुनः ।
शङ्करायार्पणीयानि न नवानि यदि क्वचित् ।।

घरमा बासी भएका जल, फल, फूल भगवान्लाई अर्पण गर्न उचित नभए पनि तीर्थका पसलमा राखिएका बेलपत्र, फल बासी मानिएको छैन । त्यसै गरी गङ्गाजल, तुलसीपत्र मञ्जरी कहिल्यै पनि बासी मानिदैन । वेलपत्र टिप्ने मन्त्र :

अमृतोद्भव श्रीवृय ! महादेवप्रिय सदा ।
गृह्णामि तव पत्राणि शिवपूजार्थमादरात् ।।

५०. जौ, तिल र कुश

सनातन हिन्दुधर्म संस्कृतिमा कुशको ठूलो महत्त्व छ । कुश घाँसजस्तो तृण जाति हो भने जौ गहुँको बोटजस्तै अलि बढी काँडा भएको हुन्छ । त्यस्तै तिल अलि अग्लो काँडा नभएको बाली हो । यसको महत्त्वका सम्बन्धमा विष्णुपुराण, गरूडपुराण, श्रीमद्भागवत्जस्ता ग्रन्थहरूमा व्याख्या गरिएको छ । हिन्दुसंस्कृतिमा जौ, तिल र कुश विना कुनै धार्मिक कर्म वा कार्य पूर्ण हुन सक्तैनन् । यी तीनवटै वस्तुहरू एक आपसमा परिपूरक हुन, भाद्र कृष्णपक्षको औंसी तिथिका दिन बिहान स्नान कर्मपछि नबोलिकन कुश रोपेको स्थानमा गई तलको मन्त्र पढ्दै उखेलेर घरमा ल्याउने र बाँड्ने परम्परा छ । कुश उखेल्दा भन्ने मन्त्र : कुशे औंशी शीर्षकमा दिइएको छ ।

५१. पारिजात

सनातन हिन्दु धर्मालम्बीहरूका लागि पारिजात नामक फूल महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । यस फूलको वृक्ष अलि ठूलो हुन्छ । यस वृक्षका बारेमा श्रीमद्भागवतमा विस्तृत व्याख्या गरिएको छ । यो वृक्ष स्वर्गको वृक्ष हो र यसलाई श्रीकृष्ण भगवान्ले आफ्नी प्रिय पत्नीको आग्रहमा धर्तीमा ल्याउनुभएको हो । त्यसैले यस वृक्षको फूल भगवान् श्री विष्णु र श्रीकृष्णलाई अति मन पर्दछ । एउटा मात्र सुकेको, ओइलाएको फूल उहाँहरूलाई अर्पण गर्दाको फल अरू फूलमालासँग तुलना गर्न सकिदैन् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

भगवान्को वरदान प्राप्त यो फूल फुल्ने झर्ने समय सूर्योदय र सूर्यास्त हुन् । यो फूलको वृक्ष शुद्ध, उचो भागमा महिरीको नजिक रोप्नुपर्दछ । यसको फूललाई कहिल्यै पनि हातले बोटबाट टिप्नु हुँदैन । हल्लाएर भुंइमा झार्न सकिन्छ तर यो स्वयं आफ्नो समयमा वा पूजा समयमा झर्दछ । सम्भव भएमा फूल झर्ने ठाउँ वरिपरि गाईको गोबरले लिप्दा उत्तम हुन्छ । विशेष गरेर सोह्र श्राद्ध, मरणतिथि, तीर्थश्राद्ध, एकादशी, लक्ष्मीनारायणपूजा, श्रीकृष्ण जन्माष्टमी, कार्तिक र वैशाख महिनामा यस फूलको बढी महत्त्व हुन्छ । जुन घरको महिरीमा तुलसी र वरिपरि पारिजातको बोट छ त्यस घरमा सधैं भगवान् विष्णु रहनुहुन्छ भन्ने मान्यता छ ।

५२. पीपल

पीपल ठूलो जातको वृक्ष हो । यसको फल पनि लाग्दछ । हिन्दु धर्मशास्त्रअनुसार पीपल निकै पुण्यकारी वृक्ष हो । शनिवारको दिन पीपललाई पूजा गर्ने, जल चढाउने चलन परापूर्वकालदेखि नै चलिआएको छ । आफ्ना बालबच्चाहरूको अनिष्ट ग्रह शान्त पार्न वा कुनै एक कामनाले यो कार्य गर्ने मान्यता छ तर यसो गर्दा पनि सामान्य नियमहरूको पालना गरिएन भने निरर्थक हुन्छ । कस्तो पीपललाई पूजा गर्ने, कसरी गर्ने भन्ने कुरा महत्वपूर्ण छ ।

- जुन पीपल हितकारी गुणकारी रूपमा चौबाटोमा वा मूलबाटोको दायाँ-बायाँ वयस्क रूपमा रहेकोहोस् । हागा बिँगा नकाटिएका, नभाँचिएका र नसुकेका हुन् । भर्खर बारीमा उम्रेका बालक र सुकेको बुढो रूखको पूजन गरिदैन ।
- दाहिने पारेर जल, फूल, अबीर, केशरी चढाउँदै घुम्नु, अक्षताले पूजा नगर्नु, उत्तर या पूर्व फर्केर जमीनमा बसेर यथासामग्रीले पूजा गरी, धुप, बत्ती, नैवेद्य लगाउनु ।
- यद्यपि तीर्थस्थल, देवमन्दिर वरपर, जलाशयको बीचमा जलमूल शिरमा (पँधेरो) पूजित पिपल रूख छ भने उत्तम रहन्छन् ।
- पीपलको रूखसँगै वर र स्वामीका रूख पनि छन् भने घुमेर जल चढाई सम्मान गर्नु ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- तल दिएका मन्त्र उच्चारण गरी प्रार्थना गर्नु, जल चढाउनु र शनिस्तोत्र पाठ गर्नु ।
- अन्त्यमा ब्राह्मण/कन्यालाई टीका, दक्षिणा, प्रसाद दिनु, दीन दुःखीहरूलाई सहयोग गर्नु ।
- व्रत सुरू गर्दा सङ्कल्प र अन्त्य गर्दा सिधादान-साङ्गे गर्नु उत्तम हुन्छ ।

प्रार्थना मन्त्र :

अश्वत्थ ! यस्मिन्त्वयि वृक्षराजे नारायणस्तिष्ठति सर्वकाले ।
अतस्तुतस्त्वं सततं तरुणां धन्योऽसि चारिष्टविनाशकोऽसि ।।

जल चढाउदा भन्ने मन्त्र :

मूलतो ब्रह्मरुपाय मध्यतो विष्णुरुपिणे ।
अग्रतः शिवरुपाय अश्वत्थाय नमो नमः ।।

५३. रुद्राक्ष

भगवान् शिवशंकर आराध्यदेवको महाप्रसाद तथा प्रिय आभूषणको रूपमा रूद्राक्षलाई लिइन्छ । रूद्रको आँसुवाट सिर्जित भएको फल भएकाले यसको नाम रूद्राक्ष रहन गएको हो ।

धार्मिक ग्रन्थहरूका आधारमा रूद्राक्षसँग ऋृषि मरिचिका छोरा कश्यप, उनका छोरा हिरण्यकश्यप र हिरण्याक्ष, ऋृषि कश्यपकी पत्नी दिती, उनका पुत्र त्रिपुरको जन्म, त्रिपुरको कठोर तपस्याबाट ब्रह्माजीको वरदान- "हे ब्रह्माजी तीनै लोकमा म बराबर कोही नहोस, मेरो मृत्यु होस् त केवल शिवको वीर्यवाट उत्पन्न पुत्रद्वारा चलाइएको अस्त्रवाट मात्र होस" "तथास्तु !" यसरी वरदान प्राप्त त्रिपुरासुरको तीनै लोकमा ज्यादती, कामदेव र रतिद्वारा शिवलाई कामोत्तेजित वाण प्रहार, शिवको तेस्रो आँखाद्वारा कामदेवलाई भस्म, क्रोधित शिवद्वारा अग्निदेव माथि वीर्य छोड्नु, गंगास्नान, सप्तऋृषि पत्नी, गङ्गाजीले वीर्यलाई वनमा छोड्नु र त्यही वीर्यवाट मार्गशीर्ष षष्ठीका दिन उत्पन्न बालक कुमार कार्तिकेय द्वारा त्रिपुरासुर राक्षसको मृत्यु हुनु, सृष्टिमा संतुलन हुनु आदि पौराणिक कथन रहिआएको छ । जहाँ वालक कुमार कार्तिकेयको जन्म भयो त्यही नै पहिलो रूद्राक्षको वृक्ष उत्पन्न भएको भन्ने प्रसङ्ग शिवपुराण, ब्रह्मपुराण आदिमा उल्लेख गरिएको छ ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

रुद्राक्षाणां फलं तस्य त्रिषुलोकेषु विश्रुतम्
लक्षं तत्स्पर्शने पुण्यं कोटिर्भवति मालनात् (शिवपुराण)

अर्थात् रूद्राक्ष फललाई स्पर्शमात्र गर्नाले पनि तीनै लोकमा कर्म गरेसरह लाखौ गुणा फल पाइन्छ। झन धारण गर्नाले कति फल पाइन्छ भन्ने वर्णन गरेर नै सकिदैन।

शास्त्रहरूमा उल्लेखभएअनुसार रूद्राक्ष अठ्तीस प्रकारका छन्। जसमध्ये शिवको सूर्यनेत्र (दायाँ आँखा) को अश्रुबाट कपिल वर्णका बाह्र प्रकारका, सोमनेत्र (बायाँ आँखा) को अश्रुवाट श्वेत वर्णका सोह्र प्रकारका र अग्निनेत्र (तेस्रो आँखा) को अश्रुवाट मिश्रित वर्णका दश प्रकारका रूद्राक्ष उत्पन्न भएका छन्। रूद्राक्षको दानाको बाहिरी भाग फलको रूपमा ग्रहण गर्न सकिन्छ भने भित्री भाग शिरमा, गलामा, हातमा धारण गरिन्छ। भित्री भागको दानामा रेसाहरू कोरिएका हुन्छन् त यिनलाई फरक फरक विषेशताहरूसँग जोडिएको पाइन्छ । वर्तमान अवस्थामा सामान्यतया एकमुखी देखि पन्ध्र मुखी (गौरी शंकर) सम्म रूद्राक्ष रूखमा फलेको पाइन्छ। ४-५-६ मुखे सहजरूपमा पाइन्छ भने अरू अलि दुर्लभ छन्। यिनको धारण गर्ने विधि मन्त्र र प्राप्त हुने फल पनि फरक फरक छन्।

रुद्राक्ष-धारणात् श्रेष्ठं न किञ्चिदपि विद्यते अर्थात् रूद्राक्ष धारणभन्दा अन्य कुनै वस्तु सर्वश्रेष्ठ छैन्।

यस प्रकार नै भगवान्को कार्यक्षेत्र र फलक्षेत्रअनुसार समंत्र धारण गरेमा फल निश्चित छ यज्ञ, अनुष्ठान, रूद्राभिषेक जस्ता कार्यमा अर्पण गरी पूजा गरेर ब्राह्मणद्वारा प्राप्तगरी धारण गर्नु उत्तम मानिन्छ। रूद्राक्ष ग्रहण गर्दा राशी, ग्रह र नक्षत्रलाई पनि ध्यान दिदा फलदायी हुन्छ।

शिव पूजामा रूद्राक्ष धारण गर्नु आवश्यक छ।

विना भस्मत्रिपुण्डेण विना रुद्राक्षमालया ।
पूजिताऽपि महादेवो न स्यात्तस्य फलप्रदः ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अर्थात् भस्मविना र रूद्राक्षमाला धारण नगरी गरिएको महादेवको पूजा व्यर्थ छ। पुराणमा बताइएअनुसार रूद्राक्षको रूप, वनावट वा मुखअनुसार भगवान् को साक्षात रूप मानिएको छ यसको धारणवाट हुने फाइदाहरू पनि फरक फरक छन्। जुन यस प्रकार छन् :-

रुद्राक्षका प्रकार	साक्षात भगवानको रुप	धारण गर्नाले हुने फाइदा
एक मुखी	साक्षात् शिव	सर्ववाधानाश
दुइ मुखी	अर्धनारीश्वर	आरोग्य एवं धनलाभ
तीन मुखी	अग्निदेव	भौतिक, आदिदैविक र दैविक (त्रिशक्ति प्राप्त)
चार मुखी	ब्रह्मा	विवाह, वाधानिवारण
पाँच मुखी	कालाग्नि रूद्र	आरोग्य प्राप्ति तथा रोगनाश
छ मुखी	कुमार कार्तिकेय	शत्रुवाट सुरक्षा
सात मुखी	सप्तमातृका	कालसर्प दोष निवारण
आठ मुखी	वटुक भैरव, गणेश	दृष्टि दोष निवारण
नौ मुखी	नवदुर्गा	सर्वग्रह दोष निवारण
दश मुखी	जनार्दन नारायण	साधनामा पूर्ण सफलता
एघार मुखी	श्रीविष्णु	दाम्पत्य सुख
वाह्र मुखी	सूर्य	रोग निवारण
तेह्र मुखी	पूर्ण शक्तिधारी कार्तिकेय	भौतिक आनन्द
चौध मुखी	पञ्चमुखी हनुमानको महाशक्ति रूप	सर्वसिद्धि सर्ववाधा निवारण
पन्ध्र मुखी	गौरीशंकर	सार्थक जीवन

॥ ॐ ॥

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५४. गोत्रपरिचय

गोत्र भन्ने शब्दको अर्थ वंशप्रवर्तक उपनाम वा वंश, कुल, पुर्ख्यौलीको पहिचान हो । परापूर्वकालदेखि केही ऋषिमुनिहरूको वंश विकास भएकै कारण दहामी आज छौं । हामी जुनसुकै थरका जाति भए तापनि उनै ऋषिहरूका सन्ततीहरू हौं । मानिस जन्मेर बसोवास गर्ने क्रममा पेशा अपनाउने प्रक्रियाबाट र राजा महाराजाहरूको पदवी, मानवीबाट पनि थरहरू रहन गएको प्रमाण पाइन्छ यसलाई किटानीसाथ भन्न गाह्रो छ । शास्त्रहरूमा पनि विस्तृत उल्लेख पाइँदैन तर जेहोस् ऋषिका सन्तानहरू जहाँ जुनसुकै थरबाट परिचित भए तापनि गोत्र एउटै भएपछि प्रमाणित हुन्छ कि पूर्खा एउटै रहेछन् ।

भविष्यमा आगामी सन्ततिमा पनि यो कुराको ज्ञान हुन आवश्यक छ । मानिसले गल्ती दुई किसिमले गर्दछ । प्रथमतः नजानेर अन्जानमा/भूलवश र दोस्रो ज्ञान भएर, मिचेर, मूर्ख स्वभावले गर्छ, देखाउँछ जसले मुर्खपन गर्दछ उसले क्षति व्यहोरिसकेको हुन्छ । दोस्रो पटक भूल गर्दैन र जीवन सजिलोसँग अगाडि बढाउन सक्छ । दोस्रो गल्ती गर्ने व्यक्तिले प्रायश्चित्त गरेर पनि हुँदैन । सधैंजसो दुःख-कष्ट, बाधा-अवरोध, रोगी, निसन्तानी, शारीरिक, मानसिक कमजोर, तनावग्रस्त जीवनमा प्रायश्चित गर्दागर्दै जीवन बित्दछ । प्रायश्चित गर्न पनि गोत्रको ज्ञान विना सम्भव हुँदैन । त्यसैले यस्तो नहोस् सबै धनी, विद्वान, सुखी, समृद्धिशाली बन्न सफलता मिलोस् भन्ने उद्देश्यले यथा सम्भव गोत्र परिचय जान्न आवश्यक छ, जुन यस प्रकार छ ।

१. **कौण्डिन्य गोत्र**- न्यौपाने, प्याकुर्‍याल, आचार्य, सापकोटा, सत्याल, पराजुली, बासकोटा, मरासिनी, त्रिताल, वाग्ले थापा, खप्तडी खड्का, कालीकोटे खड्का, पनेरू, हमाल, लकाञी खड्का, ॥

२. **काश्यप गोत्र** - सूर्यवंशी शाह, शाही, ठकुरी, माझी, घिमिरे, गर्तौला, बोगटी, अधिकारी, गोदार थापा, सोशारी बुढाथोकी, सोढारी पाण्डे, बडा, बड्खौरा पाण्डे, रिमाल दिया पाण्डे,

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

कोबाली अधिकारी, खिलाचिनी अधिकारी, भण्डारी, सिला जोशी, गौतम, छतकुली, भुजेल, सिंह, बड्डु, बर्मा ।

यदि कसैलाई आफ्नो गोत्र थाहा भएन भने कश्यप गोत्र मानिने गरिएको छ । "गोत्रा भावेतु काश्यपः ।"

३. **आत्रेय गोत्र–** पानी पोखेल, पौडेल, पौड्याल, दुवाडी, बगाले अर्जेल, बिहारे अर्जेल, सिग्देल, कालिकोटे थापा, पुवार थापा, बगाले थापा, खुलाल थापा, दुलाल, कालिकोटे खड्का, घताने, गुरूङ ।

४. **माण्डव्य गोत्र–** बजगाईं, ज्ञवाली, मास्के, पन्थी, भण्डारी, कटवाल, कटुवाल ।

५. **भारद्वाज गोत्र–** लामाघरे र नयाँघरे सुवेदी, चौलागाईं, जमरकट्टेल, पन्त, कणेल/कँडेल/कण्डेल, जोशी, वाग्ले, लोहनी, पन्थी, सिलवाल, सिजापती, विष्ट, थामी, अधिकारी, दूध पोखरेल, शिवाकोटी, देवकोटा, निरौला, भण्डारी, बोहरा, लकायी खड्का, राउत, सेर्पाली बस्नेत, कुलटा पाँडे, लामा गुरूङ, घले गुरूङ, जोसी, लटोला, बलाय, चिमौरिया, संग्रौला ।

६. **अत्रि गोत्र–** चापागाई वस्ती, मिश्र, खतिवडा, ओझा, गोतामे, गौतम, मल्ल, हाराराइ, ठाराराइ, अधिकारी, जाजरकोटे, सल्यानी शाही ।

७. **धनञ्जय गोत्र–** हुँमागाई, रिजाल, पंगेनी, बयेल, कुकुर काटे गुरागाई, खुलाल, बस्न्यात, भुसाल, खुलाल बुढाथोकी, गैरी पिप्ली, खुलाल थापा, डुम्रे ।

८. **कौशिक गोत्र–** विणारी, रिमाल, रेग्मी, लामिछाने खड्का, खप्तडी विष्ट, खप्तडी बुढाथोकी, खप्तडी खड्का, ढुङ्गाना, धिताल, तिवारी, रायमाझी, खप्तडी बस्नेत, लुईंटेल, पुडासैनी, वानिया, रघुवंसी, भँडारी, बस्ताकोटी, सन्जेल ।

९. **घृतकौशिक–** बराल/बडाल, पण्डित, टिमुरे खनाल, भोरिया, गौडेल, खनाल, नेपाल, सुतार कार्की, बोचल कार्की ।

१०. **मौद्गल्य गोत्र–** कोईराला, कुँइकेल, उप्रेती, तिम्सिना, तिमिल्सिना, वेल्काणी, मुडुला कार्की, सिंखडा, लामा कार्की, कालीकोटे थापा, बर्सौला, निउरे ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

११. **वशिष्ठ गोत्र**- भट्टराई, सूयेल राउत, सूयेल घर्ती, सूयेल थापा, सूयेल त्रिपाठी, मुडभरी, भट्टब्राह्मण, कासली पाठक, मिश्र, जिर, जिरजोशी, दवाडी, थानसिङ्गे भण्डारी, खरेल, चालिसे, भण्डारी, चौरसिया, खनिया ।

१२. **शाण्डिल्य गोत्र**- काफ्ले प्रसाईं, महत, लटौला जोशी, कान्यकुब्ज तिवारी, थलाल, काफ्ले, मिश्र, कटुवाल ।

१३. **गर्ग गोत्र**- आचार्य, वास्तोला, गजुरेल, भट्ट, लामिछाने, भूर्तेल, आचार्य/अचार्ज रिसाल, लामिछाने थापा, रोकाहा, चूडाल, भेटवाल/भेटुवाल, पाल्पाली खड्का, लामिछाने गुरूङ, राजोपाध्याय ।

१४. **कृष्णाञ्जनी गोत्र**- कालिकोटे विष्ट ।

१५. **कपिल गोत्र**- पुवार विष्ट ।

१६. **परासर गोत्र** - मरहट्टा/मरठ्ठा, लामा, कार्की, मैथली मिश्र, पण्डित ।

१७. **उपमन्यु गोत्र** - मैनाली, दुवाल, भट्ट, ढकाल, दैनी, कर्माचार्य, द्विवेदी, पाँडे, ओली,

१८. **अगस्ति गोत्र** - ढुङ्गेल ।

१९. **विश्वामित्र गोत्र** - अलिना भट्टराई, निरवंशी भट्ट, रयाल भट्ट, दूमाडी भट्ट, क्षत्री भट्ट ।

२०. **कौशिल्य गोत्र** - खप्तडी बस्नेत ।

२१. **पुलस्त गोत्र** - वम ।

२२. **गौतम गोत्र** - चन्द, त्रिपाठी, तिवारी, ढोडारी ।

२३. **रवि गोत्र** - चन्द्रवंशी शाह ।

२४. **शौनक गोत्र** - भार्गव, शौनक ।

२५. **इन्द्र गोत्र** - मगर ।

२६. **काशी/लासा गोत्र** - लुथुङ्गे कुलगोराई आदि चम्लिगे राई, बान्तवा राई, राई, लिम्बु ।

२७. **वत्सगोत्र** - राणा, लम्साल, कुँवर, दाहाल, रूपाखेती, खराल ।

॥ॐ॥

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

परिशिष्ट

५५:१ गायत्री-कवच

ॐ अस्य श्रीगायत्रीकवचस्य ब्रह्मा ऋषिर्गायत्री छन्दो गायत्री देवता ॐ भू:बीजम्, भुवः शक्तिः, स्वः कीलकम्, गायत्रीप्रीत्यर्थ जपे विनियोगः ।

ध्यान-मन्त्र

पञ्चवक्त्रां दशभुजां सूर्यकोटिसमप्रभाम् ।
सावित्रीं ब्रह्मवरदां चन्द्रकोटिसुशीतलाम् ।।
त्रिनेत्रां सितवक्त्रां च मुक्ताहारविराजिताम् ।
वराभयाङ्कुशकशाहेमपात्राक्षमालिकाम् ।।
शङ्खचक्राब्जयुगं कराभ्यां दधतीं वराम् ।
सितपङ्कजसंस्थां च हंसारुढां सुखस्मिताम् ।।
ध्यात्वैवं मानसाम्भोजे गायत्रीकवचं जपेत् ।

(अर्थः जुन गायत्री पञ्यवदन र दशप्रतले सुशोभित छिन् । जसको कान्ति कोटि सूर्यको सम्मान छ । कोटि चन्द्रमा झै शितल छ, जो ब्रह्मादि देवतालाई पनि वरदान दिनुहुन्छ, जसका तीननेत्र छन्, जसको मुखमण्डल प्रसन्न छ, जो मोतिहरुका मालाले विभूषित छिन् । जसका हातमा वर, अभय, अंकुश, कशा, स्वर्णपात्र, अक्षमाला, शंख, चक्र र ध्वजाहरु विराजमान छन् । जो सेता हाँसमा स्थापना गरेका श्वेतकमलका आसनमा मन्द मन्द मुस्काराए झैं प्रसन्नवदन गरी विराजमान भएकी छिन् । त्यस्ता प्रकारको रुप भएकी परब्रह्मा स्वरुपिणी गायत्रीको हृदयकमलमा ध्यान र गायत्रीकवच पाठ जप गर्नुपर्दछ ।)

गायत्रीकवच-पाठ

ॐ ब्रह्मोवाच
विश्वामित्र ! महाप्राज्ञ ! गायत्रीकवचं श्रृणु ।
यस्य विज्ञानमात्रेण त्रैलोक्यं वशयेत् क्षणात् ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सावित्री मे शिरः पातु शिखायाममृतेश्वरी ।
ललाटं ब्रह्मदैवत्या भ्रुवौ मे पातु वैष्णवी ।।
कर्णौ मे पातु रुद्राणी सूर्या सावित्रिकाऽम्बिके ।
गायत्री वदनं पातु शारदा दशनच्छदौ ।।
द्विजान् यज्ञप्रिया पातु रसनायां सरस्वती ।
साङ्ख्यानी नासिकां मे कपोलौ चन्द्रहासिनी ।।
चिबुकं वेदगर्भा च कण्ठं पात्वघनाशिनी ।
स्तनौ मे पातु इन्द्राणी हृदयं ब्रह्मवादिनी ।।
उदरं विश्वभोक्त्री च नाभौ पातु सुरप्रिया ।
जघनं नारसिंही च पृष्ठं ब्रह्माण्डधारिणी ।।
पार्श्वौ मे पातु पद्माक्षी गुह्यं गोगोप्त्रिकाऽवतु ।
ऊर्वोरोंकाररुपा च जान्वोः संध्यात्मिकाऽवतु ।।
जङ्घयोः पातु अक्षेभ्या गुल्फयोर्ब्रह्मशीर्षका ।
सूर्या पदद्वयं पातु चन्द्रा पादाङ्गुलीषु च ।।
सर्वाङ्ग वेदजननी पातु मे सर्वदाऽनघा ।
इत्येतत् कवचं ब्रह्मन् गायत्र्याः सर्वपावनम् ।
पुण्यं पवित्रं पापघ्नं सर्वरोगनिवारणम् ।।
त्रिसन्ध्यं यः पठेद्विद्वान् सर्वान् कामनवाप्नुयात् ।
सर्वशास्त्रार्थतत्त्वज्ञः स भवेद्वेदवित्तमः ।।
सर्वयज्ञफलं प्राप्य ब्रहमान्ते समावाप्नुयात् ।
प्राप्नोति जपमात्रेण पुरुषार्थांश्चितुर्विधान् ।।
।। श्रीविश्वामित्रसहितोक्तं गायत्रीकवचं सम्पूर्णम् ।।

।।ॐ।।

ॐ नमस्तुभ्यं भगवते, वासुदेवाय धीमहि ।
प्रद्युम्नायानिरुद्धाय नमः सङ्कर्षणाय च ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:२ वगलामुखी कवचम् एवम् स्तोत्रम्

अथ वगलामुखीकवचम्

श्रीभैरवी उवाच -

श्रुत्वा च बगलापूजां स्तोत्रं चापि महेश्वर ।
इदानी श्रोतुमिच्छामि कवचं वद मे प्रभो ।। १ ।।
वैरिनाशकरं दिव्यं सर्वाऽशुभविनाशनम् ।
शुभदं स्मरणात्पुण्यं त्राहिं मां दुःखनाशनम् ।। २ ।।
कवचं श्रृणु वक्ष्यामि भैरवि प्राणवलभे ।
पठित्वा धारयित्वा तु त्रैलोक्ये विजयी भवेत् ।। ३ ।।

ॐ अस्य श्री वगलामुखीकवचस्य नारदऋषिः अनुष्टुछन्दः श्रीवगलामुखी देवता लं बीजं ऐं कीलकं पुरुषार्थचतुष्टय सिद्धये जपे विनियोगः ।

ॐ शिरो मे वगला पातु हृदयैकाक्षरी परा ।
ॐ ह्रीं ॐ मे ललाटे च वगला वैरिनाशिनी ।। १ ।।
गदाहस्ता सदा पातु मुखं मे मोक्षदायिनी ।
वैरिजिह्वाधरा पातु कण्ठं मे बगलामुखी ।। २ ।।
उदरं नाभिदेशं च पातु नित्यं परात्परा ।
परात्परतरा पातु मम गुह्यं सुरेश्वरी ।। ३ ।।
हस्तौ चैव तथा पादौ पार्वती परिपातु मे ।
विवादे विषमे घोरे संग्रामे रिपुसंकटे ।। ४ ।।
पीताम्बरधरा पातु सर्वाङ्गे शिवनर्तकी ।
श्रीविद्या समया पातु मातङ्गी पूरिता शिवा ।। ५ ।।
पातु पुत्रं सुतांश्चैव कलत्रं कालिका मम ।
पातुनित्यं भ्रातरं मे पितर शूलिनी सदा ।। ६ ।।
रंध्रेहि वगलादेव्याः कवचं मन्मुखोदितम् ।
नैव देयममुख्याय सर्वसिद्धिप्रदायकम् ।। ७ ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पठनाद्धारणादस्य पूजनावाम्छितं लभेत् ।
इदं कवचमज्ञात्वा यो जपेद् बगलामुखीम् ।। ८ ।।
पिबन्ति शोणित तस्य योगिन्यः प्राप्य सादराः ।
वश्ये चाकर्षणे चैव मारणे मोहने तथा ।। ९ ।।
महाभये विपत्तौ च पठेद्वा पाठयेत्तु यः।
तस्य सर्वार्थसिद्धिः स्याद्भक्तियुक्तस्य पार्वति ।। १० ।।
इति श्रीरुद्रयामले बगलामुखीकवचं सम्पूर्णम् ।।

अथ वगलामुखीस्तोत्रम्

विनियोग :

ॐ अस्य श्रीवगलामुखीस्तोत्रस्य भगवान्नारदऋषिः वगलामुखीदेवता मम सन्निहितानां दुष्टाना विरोधिनां वाङ्मुखपदजिह्वाबुद्धीनां स्तम्भनार्थे श्रीवगलामुखीवरप्रसादसिद्धचथे जपे विनियोगः ।

करन्यासः

ॐ ह्रीं अङ्गुष्ठाभ्यां नमः ॐ बगलामुखी तर्जनीभ्यां स्वाहा ॐ सर्वदुष्टानां मध्यमाभ्यां वषट् ॐ वाचं मुखं पदं स्तम्भय अनामिकाभ्यां हुम् ॐ जिह्वां कीलय कनिष्ठिकाभ्यां वौषट् ॐ बुद्धिं नाशय ह्रीं ॐ स्वाहा करतलकरपृष्ठाभ्यां फट्

हृदयादिन्यासः

ॐ ह्रीं हृदयाय नमःॐ बगलामुखी शिरसे स्वाहा । ॐ सर्वदुष्टानां शिखायै वषट् । ॐ वाचं मुखं पदं स्तम्भय कवचाय हुम् । ॐ जिह्वा कीलय कीलय नेत्रत्रयाय वौषट् । ॐ बुद्धिं नाशय हीं ॐ स्वाहा अस्त्राय फट् ।

अथ ध्यानम्

ॐ सौवर्णासनसंस्थितां त्रिनयनां पीतांशुकोल्लासिनी
हेमाभाऽङ्गरुचिं शशाङ्कमुकुटां सच्चम्पकस्रग्युताम् ।
हस्तैर्मुद्गरपाशबद्धरसनां संबिभ्रतीं भूषणै
र्व्याप्ताङ्गीं बगलामुखीं त्रिजगतां संस्तम्भिनीं चिन्तये ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

अथ मन्त्र : ॐ ह्रीं वगलामुखी सर्वदुष्टानां वाचं मुखं पदं स्तम्भय जिह्वां कीलय कीलय बुद्धिं बिनाशय ह्रीं ॐ स्वाहा ।

अथ स्तोत्रम्

ॐ मध्ये सुधाब्धिमणिमण्डपरत्नवेदी, सिंहासनोपरिगतां परिपीतवर्णाम् ।
पीताम्बराभरणमाल्यविभूषिताङ्गीं, देवीं स्मरामि धृतमुद्गरवैरिजिह्वाम् ।।
जिह्वाग्रमादाय करेण देवीं, वामेन शत्रून् परिपीडयन्तीम् ।
गदाभिघातेन च दक्षिणेन, पीताम्वराढ्यां द्विभुजां नमामि ।।
चलत्कनककुण्डलोल्लसितचारुगण्डस्थलीं, लसत्कनकचम्पकद्युतिमदिन्दुबिम्बाननाम् ।
गदाहतविपक्षकां कलितलोलजिह्वाञ्चला स्मरामि बगलामुखीं
विमुखवाङ्मनः स्तम्भिनीम् ।।
पीयूषोदधिमध्यचारुविलसद्रक्तोत्पले मण्डपे
सत्सिंहासनमौलिपातितरिपुं प्रेतासनाध्यासिनीम् ।
स्वर्णाभां करपीडितारिरसनां भ्राम्यद्गदां बिभ्रमा-
मित्थं ध्यायी यान्ति तस्य विलयं सद्योऽथ सर्वापदः ।।
देवि त्वच्चरणाम्बुजार्चनकृते यः पीतपुष्पाञ्जलिं
भक्त्या वामकरे निधाय च जपन्मन्त्रं मनोज्ञाक्षरम् ।
पीठध्यानपरोऽय कुम्भकवशाद् बीजं स्मरेत्पार्थिवं
तस्यामित्रमुखस्य वाचि हृदये जाड्यं भवेत् तत्क्षणात् ।।
वादी मुकति रङ्गति क्षितिपतिर्वैश्वानरः शीतति
क्रोधी शाम्यति दुर्जनः सुजनति क्षिप्रानुगः खञ्जति ।
गर्वी खर्वति सर्वविच्च जडति त्वद्यन्त्रणा यन्त्रितः
श्रीनित्ये बगलामुखीं प्रतिदिनं कल्याणी तुभ्यं नमः ।।
मन्त्रस्यात्मबलं विपक्षदलनं स्तोत्रं पवित्रं च ते
यन्त्रं वादिनियन्त्रणं त्रिजगता जैत्रं च चित्रं च ते ।
मातः श्रीवगलेति नाम ललितं यस्यास्ति जन्तोर्मुखे
त्वन्नामग्रहणेन संसदि मुखस्तम्भो भवेद्वादिनाम् ।।
दुष्टस्तम्भनमुग्रविघ्नशमनं दारिद्र्याविद्रावणं
भूभृद्भीशमनं चलन्मुगदृशां चेतः समाकर्षणम् ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सौभाग्यैकनिकेतनं समदृशः कारुण्यपूर्णामृतं
मृत्योर्मारणमाविरस्तु पुरतो मातस्त्वदीयं वपुः ।।
मातभञ्र्जय मे विपक्षवदनं जिह्वां च सङ्कीलय
ब्राह्मी मुद्रय नाशयाऽशु धिषणामुग्रां गतिं स्तम्भय ।
शत्रूँश्चूर्णस्य देवि तीक्ष्णगदया गौराङ्गि पीताम्बरे
विघ्नौघं बगले हर प्रणमतां कारुण्यपूर्णेक्षणे ।।
मातर्भैरवि भद्रकालि विजये वाराहि विश्वाश्रये
श्रीविद्ये समये महेशि बगले कामेशि रामे रमे ।
मातङ्गि त्रिपुरे परात्परतरे स्वर्गापवर्गप्रदे
दासोऽहं शरणागतः करुणया विश्वेश्वरि त्राहिं माम् ।।
संरम्भे चौरसंघे प्रहरणसमये बन्धने वारिमध्ये
विद्यावादे विवादे प्रकुपितनृपतौ दिव्यकाले निशायाम् ।
वश्ये वा स्तम्ने वा रिपुवधसमये निर्जने वा वने वा
गच्छँस्तिष्ठँस्त्रिकालं यदि पठति शिवं प्राप्नुयादाशु धीरः ।।
नित्यं स्तोत्रमिददं पवित्रमिह यो देव्या पठत्यादराद्
धृत्वा यन्त्रमिदं तथैव समरे वाहौ करे वा गले ।
राजानोऽप्यरयो मदान्धकरिणः सर्पामृगेन्द्रादिका
स्तेवैयान्ति विमोहिता रिपुगणा लक्ष्मीः स्थिराः सिद्धयः ।।
दुष्टोच्चाटनकारिणी जनमनः संमोहसंदायिनी
जिह्वाकीलनभैरवी विजयते ब्रह्मादिमन्त्रो यथा ।।
विद्या लक्ष्मीः सर्वसौभाग्यमायुः पुत्रैः पौत्रैः सर्वसाम्राज्यसिद्धिः ।
मानं भोगो वश्यमारोग्यसौख्यं प्राप्तं तत्तद्भूतलेऽस्मिन्नरेण ।।
त्वं विद्या परमा त्रिलोकजननी विघ्नौसघञ्छेदिनी
योषाकर्षणकारिणी त्रिजगतामानन्दसंवर्द्धिनी ।
यत्कृत जपसन्नाहं गदितं परमेश्वरि ।
दुष्टानां निग्रहार्थाय तद् गृहाण नमोऽस्तु ते ।।
ब्रह्मास्तमिति विख्यातं त्रिषु लोकेषु विश्रुतम् ।
गुरुभक्ताय दातव्यं न देयं यस्य कस्यचित् ।।
पीताम्बरां च द्विभुजां त्रिनेत्रां गात्रकोज्ज्वलाम् ।
शिलामुद्गरहस्तां च स्मरेत्तां वगलामुखीम् ।।
इति श्रीरुद्रयामले बगलामुखीस्तोत्रसमाप्तम्

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:३ हनुमान चालीसा

दोहाः श्रीगुरु चरन सरोज रज निज मनु मुकुरु सुधारि ।
बरनउँ रघुबर विमल जसु जो दायकु फल चारि ।।
बुद्धिहीन तनु जानिके, सुमिरौ पवन-कुमार ।
बल बुद्धि विद्या देहु मोहिं, हरहु कलेस बिकार ।।

चौपाई

जय हनुमान ज्ञानगुनसागर, जय कपीस तिहुँ लोकउजागर ।।
रामदूत अतुलितबलधामा, अंजनि-पुत्र पवनसुतनामा ।।
महाबीर बिक्रम बजरंगी, कुमति निवार सुमति के संगी ।।
कंचन बरन बिराज सुबेसा, कानन कुंडल कुंचित केसा ।।
हाथ बज्र औ ध्वजा बिराजै, काँधे मूँज जनेऊ साजै ।।
संकर सुवन केसरीनंदन, तेज प्रताप महा जग बंदन ।।
बिद्यावान गुनी अति चातुर, राम काज करिबे को आतुर ।।
प्रभु चरित्र सुनिबे को रसिया, राम लखन सीता मन बसिया ।।
सूक्ष्म रुप धरि सियहि दिखावा, बिकट रुप धरि लंक जरावा ।।
भीम रुप धरि असुर सँहारे, रामचन्द्रजी के काज सँवारे ।।
लाय सजीवन लखन जियाये, श्रीरघुबीर हरषि उर लाये ।।
रघुपति कीन्ही बहुत बडाई, तुम मम प्रिय भरतहि सम भाई ।।
सहस बदन तुम्हरो जस गावैं, अस कहि श्रीपति कंठ लगावै ।।
सनकादिक ब्रह्मादि मुनीसा, नारद सारद सहित अहीसा ।।
जम कुबेर दिगपाल जहाँ ते, कबि कोबिद कहि सके कहाँ ते ।।
तुम उपकार सुग्रीवहिं कीन्हा, राम मिलाय राज पद दीन्हा ।।
तुम्हरो मन्त्र बिभीषन माना, लंकेस्वर भए सब जग जाना ।।
जुग सहस्र जोजन पर भानू, लील्यो ताहि मधुर फल जानू ।।
प्रभु मुद्रिका मेलि मुख माहीं, जलधि लाँघि गये अचरज नाहीं ।।
दुर्गम काज जगत के जेते, सुगम अनुग्रह तुम्हरे तेते ।।
राम दुआरे तुम रखवारे, होत न आज्ञा बिनु पैसारे ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

सब सुख लहै तुम्हारी सरना, तुम रक्षक काहू को डर ना ।।
आपन तेज सम्हारो आपै, तीनों लोक हाँक ते काँपै ।।
भूत पिसाच निकट नहिं आवै, महाबीर जब नाम सुनावै ।।
नासै रोग हरै सब पीरा, जपत निरंतर हनुमत बीरा ।।
संकट तें हनुमान छुडावै, मन क्रम बचन ध्यान जो लावै ।।
सब पर राम तपस्वी राजा, तिन के काज सकल तुम साजा ।।
और मनोरथ जो कोइ लावै, सोइ अमित जीवन फल पावै ।।
चारों जुग परताप तुम्हारा, है परसिद्ध जगत उजियारा ।।
साधु संत के तुम रखवारे, असुर निकंदन राम दुलारे ।।
अष्ट सिद्धि नौ निधि के दाता, अस बर दीन जानकी माता ।।
राम रसायन तुम्हरे पासा, सदा रहो रघुपति के दासा ।।
तुम्हरे भजन राम को पावै, जनम जनम के दुःख बिसरावै ।।
अंत काल रघुबर पुर जाई, जहाँ जन्म हरि-भक्त कहाई ।।
और देवता चित्त न धरई, हनुमत सेइ सर्ब सुख करई ।।
संकट कटै मिटै सब पीरा, जो सुमिरै हनुमत बलबीरा ।।
जै जै जै हनुमान गोसाईं, कृपा करहु गुरु देव की नाई ।।
जो सत बार पाठ कर कोई, छूटहि बंदि महा सुख होई ।।
जो यह पढै हनुमान चालीसा, होय सिद्धि साखी गौरीसा ।।
तुलसीदास सदा हरि चेरा, कीजै नाथ हृदय महँ डेरा ।।

दोहा: पवनतनय संकटहरन, मंगलमूरतिरुप ।
रामलखनसीतासहित, हृदय बसहु सुरभूप ।

।।ॐ।।

श्री राम जय राम जय जय राम ।
हरे राम हरे राम राम हरे हरे ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:४ श्रीशालग्रामस्तोत्रम्

अथ श्रीशालग्रामस्त्रोत्रमहामन्त्रस्य श्रीभगवानऋषिः नारायणो देवता देवीगायत्रीच्छन्दः भगवत्प्रीयर्थे शालग्रामस्तोत्र मन्त्र पाठे विनियोगः।
(हातमा लिएको तिलानीजल/शुद्ध जल भुँइमा छोड्ने र पाठ अगाडि बढाउने)

युधिष्ठिर उवाच

श्रीदेवदेव देवेश देवतार्चनमुत्तमं ।
तत्सर्वं श्रोतुमिच्छामि ब्रूहि मे पुरुषोत्तम।।१।।

श्रीभगवानुवाच

गण्डक्याः चोत्तरे तीरे गिरिराजस्य दक्षिणे ।
दशयोजनविस्तीर्णा महाक्षेत्रा वसुन्धरा ।।२।।
शालग्रामोऽभवद् देवो देवो द्वारावती शिला ।
उभयोः यत्र सङ्गमो मुक्तिस्तत्र न संशयः ।।३।।
शालग्रामशिला यत्र यत्र द्वारावती शिला ।
उभयोः सङ्गमो यत्र मुक्तिस्तत्र न संशयः ।।४।।
आजन्मकृतपापृष्ठं प्रायश्चित्तं य इच्छति ।
शालग्रामशिलावारि पापहारि नमोऽस्तु ते ।।५।।
अकालमृत्युहरणं सर्वव्याधिविनाशनम् ।
विष्णोः पादोदकं पीत्वा पुनर्जन्म न विद्यते ।।६।।
शङ्खमध्ये स्थितं तोयं भ्रामितं केशवोपरि ।
अङ्गलग्नं मनुष्याणां ब्रह्महत्यादिकं दहेत् ।।७।।
स्नानोदकं पिबेन्नित्यं चक्राङ्कितशिलोद्भवम् ।
प्रक्षाल्य इति तत्तोयं ब्रह्महत्यां व्यपोहति ।।८।।
अग्निष्टोमसहस्राणि वाजपेयशतानि च ।
सम्यक् फलमवाप्नोति विष्णोर्नैवेद्यभक्षणात् ।।९।।
नैवेद्ययुक्तां तुलसीं च मिश्रितां विशेषतः पादजलेन विष्णोः ।
यः स्नाति नित्यं पुरतो मुरारेः प्राप्नोति यज्ञायुतकोटिपुण्यम् ।।१०।।
खण्डिताः स्फुटिता भिन्ना अग्निदग्धास्तथैव च ।
शालग्रामशिला यत्र तत्र दोषो न विद्यते ।।११।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

न मन्त्रः पूजनं नैव च तीर्थ न च भावना ।
न स्तुतिर्नोपचारश्च शालग्रामशिलार्चने ।।१२।।
ब्रह्महत्यादिकं पापं मनोवाक्कायसम्भवम् ।
शीघ्रं नश्यति तत्सर्वं शालग्रामशिलार्चनात् ।१३।।
नानावर्णाश्रयं चैव नानाभोगेन वेष्टितम् ।
तथा वरप्रसादेन लक्ष्मीकान्तं वदाम्यहम् ।।१४।।
नारायणोद्भवो देवश्चक्रमध्ये च कर्मणा ।
तथा वरप्रसादेन लक्ष्मीकान्तं वदाम्यहम् ।।१५।।
कृष्णे शिलातले यत्र सूक्ष्मं चक्रं सुदृश्यते ।
सौभाग्यं सन्ततिं दत्ते सर्वसौख्यं ददाति च ।।१६।।
वासुदेवस्य चिह्नानि दृष्ट्वा पापैः प्रमुच्यते ।
श्रीधरः सुकरे वामे हरिद्वर्णस्तु दृश्यते ।।१७।।
वाराहरुपिणं देवं कूर्माङ्गैरपि चिन्हितम् ।
गोपदं तत्र दृश्येत वाराहं वामनं तथा ।।१८।।
पीतवर्णस्तु देवानां रक्तवर्णं भयावहम् ।
नरसिंहो भवेद्देवो मोक्षदं च प्रकीर्तितम् ।१९।।
शङ्खचक्रगदाकूर्माः शङ्खो यत्र प्रदृश्यते ।
शङ्खवर्णस्य देवानां वामे देवस्य लक्षणम् ।।२०।।
दामोदरं तथा स्थलं मध्ये चक्रं प्रतिष्ठितम् ।
पूर्णद्वारेण सङ्कीर्णा पीतरेखा च दृश्यते ।।२१।।
छत्राकारे भवेद्राज्यं वर्तुले च महाश्रियः ।
चपटे च महद्दुःखं शूलाग्रे तु रणं ध्रुवम् ।।२२।।
ललाटे शेषभोगस्तु शिरोपरि सुकाञ्चनम् ।
चक्रकाञ्चनवर्णानां वामदेवस्य लक्षणम् ।।२३।।
वामपार्श्वे च वै चक्रे कृष्णवर्णस्तु पिङ्गलम् ।
लक्ष्मीनृसिंहदेवानां पृथग्वर्णस्तु दृश्यते ।।२४।।
लम्बोष्ठे च दरिद्रं स्यात् पिङ्गले हानिरेव च ।
लग्नचक्रे भवेद् व्याधिर्विदारे मरणं ध्रुवम् ।।२५।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

पादोदकं च निर्माल्यं मस्तके धारयेत्सदा ।
विष्णोर्दृष्टं भक्षितव्यं तुलसीदलमिश्रितम् ।।२६।।
कल्पकोटिसहस्राणि वैकुण्ठे वसते सदा ।
शालग्रामशिलाबिन्दुब्रह्महत्याविनाशनम् ।।२७।।
तस्मात्सम्पूजयेद् ध्यात्वा पूजितं चापि सर्वदा ।
शालग्रामशिलास्तोत्रं य पठेच्च द्विजोत्तमः ।।२८।।
स गच्छेत् परमं स्थानं यत्र लोकेश्वरो हरिः ।
सर्वपापविनिर्मुक्तो विष्णुलोकं स गच्छति ।।२९।।
दशावतारो देवानां पृथग्वर्णस्तु दृश्यते ।
ईप्सितं लभते राज्यं विष्णुपूजामनुक्रमात् ।।३०।।
कोट्यो हि ब्रह्महत्यानामगम्यागम्यकोटयः ।
ताः सर्वा नाशमायान्ति विष्युनैवेद्यभक्षणात् ।।३१।।
विष्णोः पादोदकं पीत्वा कोटिजन्माघनाशनम् ।
तस्मादष्टगुणं पापं भूमौ बिन्दुनिपातनात् ।।३२।।
इति श्रीभविष्यपुराणे गण्डकीमाहात्म्ये श्रीकृष्णयुधिष्ठिरसंवादे शालग्रामस्तोत्रं सम्पूर्णम् ।

५५:५ तुलसीस्तोत्रम् :

जगद्धात्रि नमस्तुभ्यं विष्णोश्च प्रियवल्लभे ।
यतो ब्रह्मादयो देवाः सृष्टिस्थित्यन्तकारिणः ।। १
नमस्तुलसि कल्याणि नमो विष्णुप्रिये शुभे ।
नमो मोक्षप्रदे देवि नमः सम्पत्प्रदायिके ।। २ ।।
तुलसी पातु मां नित्यं सर्वापद्भ्योऽपि सर्वदा ।
कीर्तितापि स्मृता वापि पवित्रयति मानवम् ।। ३ ।।
नमामि शिरसा देवीं तुलसीं विलसत्तनुम् ।
यां दृष्ट्वा पापिनो मर्त्या मुच्यन्ते सर्वकिल्विषात् ।।४।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

तुलस्या रक्षितं सर्वं जगदेतच्चराचरम् ।
या विनिहन्ति पापानि दृष्ट्वा वा पापिभिर्नरैः ।। ५ ।।
नमस्तुलस्यनितरां यस्यै बद्ध्वाञ्जलिं कलौ ।
कलयन्ति सुखं सर्वं स्त्रियोवैश्यास्तथाऽपरे ।। ६ ।।
तुलस्या नापरं किंचिद्दैवतं जगतीतले ।
यथा पवित्रितो लोको विष्णुसङ्गेन वैष्णवः ।। ७ ।।
तुलस्याः पल्लवं विष्णोः शिरस्यारोपितं कलौ ।
आरोपयति सर्वाणि श्रेयांसि वरमस्तके ।। ८ ।।
तुलस्यां सकला देवा वसन्ति सततं यतः ।
अतस्तामर्चयेल्लोके सर्वान् देवान् समर्चयन् ।। ९ ।।
नमस्तुलसि सर्वज्ञे पुरुषोत्तमवल्लभे ।
पाहि मां सर्वपापेभ्यः सर्वसम्पत्प्रदायिके ।। १० ।।
इति स्त्रोत्रं पुरा गीतं पुण्डरीकेन धीमता ।
विष्णुमर्चयता नित्यं शोभनैस्तुलसीदलैः ।। ११ ।।
तुलसी श्रीर्महालक्ष्मीर्विद्याविद्या यशस्विनी ।
धर्म्या धर्मानना देवी देवीदेवमनःप्रिया ।। १२ ।।
लक्ष्मीप्रियसखी देवी द्यौर्भूमिरचलाचला ।
षोडशैतानि नामानि तुलस्याः कीर्तयन्नरः ।। १३ ।।
लभते सुतरां भक्तिमन्ते विष्णुपदं लभेत् ।
तुलसी भूर्महालक्ष्मीः पद्मिनी श्रीर्हरिप्रिया ।। १४ ।।
तुलसि श्रीसखि शुभे पापहारिणि पुण्यदे ।
नमस्ते नारदनुते नारायणमनःप्रिये ।। १५ ।।
।। श्रीपुण्डरीककृतं तुलसीस्तोत्रं सम्पूर्णम् ।।

॥ॐ॥

हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे ।
हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:६ नवग्रहस्तोत्रम्

जपाकुसुमसंकाशं काश्यपेयं महाद्युतिम् ।
तमोऽरिं सर्वपापघ्नं प्रणतोऽस्मि दिवाकरम् ।।१।।
दधिशङ्खतुषाराभं क्षीरोदार्णवसम्भवम् ।
नमामि शशिनं सोमं शम्भोर्मुकुटभूषणम् ।।२।।
धरणीगर्भसम्भूतं विद्युत्कान्तिसमप्रभम् ।
कुमारं शक्तिहस्तं तं मङ्गलं प्रणमाम्यहम् ।।३।।
प्रियङ्गुकलिकाश्यामं रुपेणाप्रतिमं बुधम् ।
सौम्यं सौम्यगुणोपेतं तं बुधं प्रणमाम्यहम् ।।४।।
देवानां च ऋषीणां च गुरुं काञ्चनसंनिभम् ।
बुद्धिभूतं त्रिलोकेशं तं नमामि बृहस्पतिम् ।।५।।
हिमकुन्दमृणालाभं दैत्यानां परमं गुरुम् ।
सर्वशास्त्रप्रवक्तारं भार्गवं प्रणमाम्यहम् ।।६।।
नीलाञ्जनसमाभासं रविपुत्रं यमाग्रजम् ।
छायामार्तण्डसम्भूतं तं नमामि शनैश्चरम् ।।७।।
अर्धकायं महावीर्यं चन्द्रादित्यविमर्दनम् ।
सिंहिकागर्भसम्भूतं तं राहुं प्रणमाम्यहम् ।।८।।
पलाशपुष्पसंकाशं तारकाग्रहमस्तकम् ।
रौद्रं रौद्रात्मकं घोरं तं केतुं प्रणमाम्यहम् ।।९।।
इति व्यासमुखोद्गीतं यः पठेत् सुसमाहितः ।
दिवा वा यदि वा रात्रौ विघ्नशान्तिर्भविष्यति ।।१०।।
नरनारीनृपाणां च भवेद् दुःस्वप्नशनम् ।
ऐश्वर्यमतुलं तेषामारोग्यं पुष्टिवर्धनम् ।। ११।।
इति महर्षिव्यासविरचितं नवग्रहस्तोत्रं सम्पूर्णम् ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:७ जन्मोत्सव गान

जय जय अग्निदेव, जय जय वरुण
जय जय गणपति, जय जय गरुड
गर्छौं हामी नमस्कार, सबलाई सम्झी सम्झी
कृपा गर हे ईश्वर, अज्ञानी छन् भनी
जय जय हनुमान्, जय बली राज
जय जय विभीषण, जय परशुराम
जय जय मार्कण्डेय, जय कृपाचार्य
जय जय अस्वत्थामा, जय वेदव्यास
रक्षा गर चिरञ्जीवि, रक्षा गरन ...
हामी तिम्रो चरणमा, पर्छौं शरण
सधै तिम्रा आयुसरि बाच्दै रम्न पाउँ
जन्मोत्सवको खुशियालीमा नाच्दै रम्न पाऊँ
नाच्दै रम्न पाऊँ ....

(भजनलयमा ...@लेखक)

५५:८ गणेश आरती

जय गणेश, जय गणेश, जय गणेश देव
माता तिम्री पार्वती, पिता महादेव ।
सधैं तिमी रुचाउँछौ, दूबो लड्डु मेवा,
अज्ञानीलाई ज्ञान दिन्छौ, गणपति देव ।।
जय गणेश, जय गणेश, जय गणेश देव ...
एकदन्त दयावन्त, चार भुजाधारी ।
अपूर्णलाई पूर्ण पार्छौं, सर्वकल्याणकारी ।
जय गणेश, जय गणेश, जय गणेश देव ...
ऋद्धि-सिद्धि साथ लिई मुसामा सवारी
भक्तजनलाई सिद्धि देउ, सर्वदु:खहारी ।।
जय गणेश, जय गणेश, जय गणेश देव ...

(आरतीलयमा ...@लेखक)

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:९ शिव आरती

ॐ जय शिव शङ्कर शम्भो, जय गिरिजाधीश, शिव ६ जय गिरिजाधीश
जय जय करुणासागर (२), पशुपति जगदीश ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
गिरि कैलाश निवास छ गण छन् सहचारी, शिव ६ गण छन् सहचारी
मुण्डमाला छ गलामा (२), रुप छ भयहारी ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
डमरु त्रिशूल सुशोभित प्रभुका दुई करमा, शिव ६ प्रभुका दुई करमा
भूषण नाग विराजित (२), बाघाम्बर तनमा ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
तीन नयनमा थरिथरि ज्योति छ दिव्य सदा, शिव ६ ज्योति छ दिव्य सदा
वाहन वृषाभ मनोहर (२), सँगमा छन् गिरिजा ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
भस्म विलेपन सुन्दर शिरमा चन्द्रकला, शिव ६ शिरमा चन्द्रकला
कलकल बग्छिन् हर्दम् (२), गङ्गा पुण्यजला ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
ब्रह्मा विष्णु महेश्वर प्रभुका रूप सबै, शिव ६ प्रभुका रूप सबै
सृष्टि स्थिति लय सब हुन् (२), शिवलीला प्रभुकै ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
वेद पुराण चकित छन् प्रभुको वर्णनमा, शिव ६ प्रभुको वर्णनमा
कण कण व्यापक प्रभुको (२), महिमा त्रिभुवनमा ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
सुर नर मुनि सब प्रभुकै निशिदिन ध्यान गरी, शिव ६ निशिदिन ध्यान गरी
परमानन्द मगन भै (२), जान्छन् पार तरी ।
ॐ हर हर हर महादेव ...
सच्चिदानन्द परात्पर सज्जन हितकारी, शिव ६ सज्जन हितकारी
जय जय साम्बसदाशिव (२), जय जय त्रिपुरारि ।
ॐ हर हर हर महादेव ...

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:१० जगदीश (विष्णु) आरती

ॐ जय जगदीश हरे, प्रभु जय जगदीश हरे
प्रभुका चरण उपासक (२), कति कति पार तरे ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

मनको थाल मनोहर प्रेमस्वरुप बाती, प्रभु ६ प्रेमस्वरुप बाती
भाव कपूर छ मङ्गल (२), आरती सब भाँती ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

नित्य निरञ्जन निर्मल कारण अविनाशी, प्रभु ६ कारण अविनाशी
शरणागत प्रतिपालक (२), चिन्मय सुखराशि ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

सृष्टि-स्थिति-लयकर्ता त्रिभुवनका स्वामी, प्रभु ६ त्रिभुवनका स्वामी
भक्तिसुधा बरसाऊ (२), शरण पर्‍यौँ हामी ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

आसुर भावनिवारक तारक सुखदाता । प्रभु ६ तारक सुखदाता
गुणअनुरुप तिमी हौ (२), हरिहर औ धाता ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

युग युग पालन गर्छौ अगणित रुप धरी, प्रभु ६ अगणित रुप धरी
लीलामय रसविग्रह (२), करुणामूर्ति हरि ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

समता शान्तिप्रदायक सज्जनहितकारी, प्रभु ६ सज्जनहितकारी
चरणशरण अब पाऊँ (२), प्रभु भवभयहारी
ॐ जय जगदीश हरे ।।

संयम सुरसरिताको अविरल धार बहोस्, प्रभु ६ अविरल धार बहोस्
जतिजति जन्म भए पनि (२), प्रभुमा प्रेम रहोस् ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

प्रेमसहित शुभ आरती जसले नित्य गर्‍यो, प्रभु ६ जसले नित्य गर्‍यो
दिनदिन निर्मल बन्दै (२), त्यो भवसिन्धु तर्‍यो ।
ॐ जय जगदीश हरे ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:११ दुर्गा आरती

जय अम्बे गौरी, मैया जय श्यामा गौरी ।
तुमको निशिदिन ध्यावत, हरि ब्रह्मा शिवरी ।१। जय अम्बे गौरी ...
माँग सिन्दूर विराजत, टीको मृदमदको ।। मैया ६ टीको मृदमदको
उज्ज्वल से दोऊ नैना, चन्द्रवदन नीको ।२। जय अम्बे गौरी ...
कनक समान कलेवर रक्ताम्बर राजै ।। मैया ६ रक्ताम्बर राजै
रक्तपुष्प की माला, कण्ठन पर साजै ।३। जय अम्बे गौरी ...
के हरि वाहन राजत, खड्ग खप्पर धारी ।। मैया ६ खड्ग खप्पर धारी
सुर नर मुनि जन सेवत, तिनके दुःख हारी ।४। जय अम्बे गौरी ..
कानक कुण्डल शोभित, नासाग्रे मोती ।। मैया ६ नासाग्रे मोती
कोटिक चन्द्र दिवाकर, राजत सम ज्योति ।५। जय अम्बे गौरी ...
शुम्भ-निशुम्भ विदारे महिषासुर घाती ।। मैया ६ महिषासुर घाती
धूम्र विलोचन नैना, निशदिन मदमाती ।६। जय अम्बे गौरी ...
चण्ड मुण्ड संहारे, शोणित बीज हरे ।। मैया ६ शोणित बीज हरे
मधु कैटभ दोऊ मारे, सुर भयहीन करे ।७। जय अम्बे गौरी ...
ब्रह्माणी रुद्राणी, तुम कमला रानी ।। मैया ६ तुम कमला रानी
आगम निगम बखानी, तुम शिव पटरानी ।८। जय अम्बे गौरी ...
चौंसठ योगिनी मंगल गावत, नृत्य करत भैरों ।। मैया ६ नृत्य करत भैरों
बाजत ताल मृदंगा, और बाजत डमरु ।९। जय अम्बे गौरी ...
तुम ही जग की माता, तुम ही हो भरता ।। मैया ६ तुम ही हो भरता
भक्तजन की दुःख हरता, सुख सम्पत्ति करता ।१०। जय अम्बे गौरी ...
भुजा चार अति शोभित वरमुद्राधारी ।। मैया ६ वरमुद्राधारी
मन वाञ्छित फल पावत, सेवक नर नारी ।११। जय अम्बे गौरी ...
कञ्चन थाल विराजत, अगर कपुर बाती ।। मैया ६ अगर कपुर बाती
श्रीकालकेतु में राजत, कोटिरत्न ज्योति ।१२। जय अम्बे गौरी ...
मां अम्बे जी की आरती, जो कोई नर गावें ।। मैया ६ जो कोई नर गावें
कहत शिवानन्द स्वामी, सुख-सम्पत्ति पावें ।१३। जय अम्बे गौरी ...

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५५:१२ शुभयात्रा-साइत

विशेष यात्रामा जादाँ हेरिने घडी, पला, वार बेलाफलको तालिका

अथ प्रतिदिनमानस्याष्टमांशेन वारवेलाफलम्

वा.	घ/प ३।४५	७।३०	११।१५	१५।०	१८।४५	२२।३०	२६।२५	३०।०
	घं/मि १।३०	३।०	४।३०	६।०	७।३०	९।०	१०।३०	१२।०
आ.	शुभः	अमृतः	चरः	रोगः	कालः	लाभः	उद्वेगः	शुभः
सो.	चरः	रोगः	कालः	लाभः	उद्वेगः	शुभः	अमृतः	चरः
मं.	कालः	लाभः	उद्वेगः	शुभः	अमृतः	चरः	रोगः	कालः
बु.	उद्वेगः	शुभः	अमृतः	चरः	रोगः	कालः	लाभः	उद्वेगः
बृ.	अमृतः	चरः	रोगः	कालः	लाभः	उद्वेगः	शुभः	अमृतः
शु.	रोगः	कालः	लाभः	उद्वेगः	शुभः	अमृतः	चरः	रोगः
श.	लाभः	उद्वेगः	शुभः	अमृतः	चरः	रोगः	कालः	लाभः

अथ प्रतिरात्री रात्रीमानस्याष्टमांशेनवार वेलाफलम्

वा.	घ/प ३।४५	७।३०	११।१५	१५।०	१८।४५	२२।३०	२६।२५	३०।०
	घं/मि १।३०	३।०	४।३०	६।०	७।३०	९।०	१०।३०	१२।०
आ.	उद्वेगः	चरः	लाभः	अमृतः	कालः	शुभः	रोगः	उद्वेगः
सो.	अमृतः	कालः	शुभः	रोगः	उद्वेगः	चरः	लाभः	अमृतः
मं.	रोगः	उद्वेगः	चरः	लाभः	अमृतः	कालः	शुभः	रोगः
बु.	लाभाः	अमृतः	कालः	शुभः	रोगः	उद्वेगः	चरः	लाभः
बृ.	शुभाः	रोगः	उद्वेगः	चरः	लाभः	अमृतः	कालः	शुभः
शु.	चरः	लाभः	अमृतः	कालः	शुभः	रोगः	उद्वेगः	चरः
श.	कालः	शुभः	रोगः	उद्वेगः	चरः	लाभः	अमृतः	कालः

(स्रोतः हिमाल पञ्चाङ्ग-२०७०)

॥ ॐ ॥

कामाख्या देवी प्रार्थना मन्त्र

नमस्ते गुप्तकामाख्ये तुभ्यं त्रैलोक्यपूजिते ।
प्रयच्छ विविधां सिद्धिं नित्यं देवी शिप्रिय ।।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

५६. सन्दर्भसामाग्री

- कल्यााण (विभिन्न अङ्क) - गीताप्रेस गोरखपुर
- शिव पुराण (ने.अ.) पशुपति विकास कोष
- महाकुम्भ पर्व -गीताप्रेस गोरखपुर
- सत्यकी खोज -स्वामी रामसुखदास, गीताप्रेस गोरखपुर
- अच्छे बनो -स्वामी रामसुखदास, गीताप्रेस गोरखपुर
- पञ्चदेव -अथर्वशीर्ष सङ्ग्रह
- वैदिक सूक्त सङ्ग्रह -गीताप्रेस गोरखपुर
- स्तोत्ररत्नावली -गीताप्रेस गोरखपुर
- पौराणिक देवियाँ -गीताप्रेस गोरखपुर
- प्रमुख देवियाँ -गीताप्रेस गोरखपुर
- अष्टविनायक -गीताप्रेस गोरखपुर
- नवग्रह -गीताप्रेस गोरखपुर
- भगवान सूर्य -गीताप्रेस गोरखपुर
- मोहन -गीताप्रेस गोरखपुर
- अमृत, कण, हनुमान प्रसाद पोद्दार -गीताप्रेस गोरखपुर
- श्रीमद्भागवद्गीता (शङ्कर भाष्य) -गीताप्रेस गोरखपुर
- गीतामाहात्म्यकी कहानियाँ -गीताप्रेस गोरखपुर
- प्रमुख ऋषि मुनि -गीताप्रेस गोरखपुर
- ॐ नमः शिवाय -गीताप्रेस गोरखपुर
- मानस स्तुति सङ्ग्रह - गीताप्रेस गोरखपुर
- माइन्ड पावर - डा. योगी विकाशानन्द
- शब्द सन्दोह (संस्कृत र पाश्चात्य भाषाहरूको तुलनात्मक शाब्दिक अध्ययन) - जनार्दन घिमिरे
- नित्यकर्म-पूजाप्रकाश-गीताप्रेस गोरखपुर
- चार धाम-भवानी शंकर शर्मा चापागाई

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- विदुर नीति-अश्विनी पाराशर
- जीवनपयोगी प्रवचन -स्वामी रामसुखदास, -गीताप्रेस गोरखपुर
- शतनामस्तोत्र सङ्ग्रह -गीताप्रेस गोरखपुर
- नित्यकर्म-प्रयोग -गीताप्रेस गोरखपुर
- व्रत-परिचय -गीताप्रेस गोरखपुर
- सहस्रनामस्तोत्र सङ्ग्रह -गीताप्रेस गोरखपुर
- वैशाख, कार्तिक, माघ मास माहात्म्य -गीताप्रेस गोरखपुर
- तीर्थपर्यटन-युवराज शर्मा गौतम
- श्री मुक्तिक्षेत्र माहात्म्यम् -श्री मुक्तिनाथ मन्दिर
- उत्तम ज्ञान -उत्तयमान महर्जन
- भक्ति शतक (नेपाली अनुवाद) जगतगुरू श्री कृपालु जी महाराज
- हिमाल पञ्चाङ्गम -२०७०, ज्यो. पं. प्राणनाथ त्रिपाठिशर्मणा
- भौतिक सफलता डा. नारायण दत्त श्रीमाली
- चाणक्य जीवनी र नीतिशास्त्र-मदन प्र.अर्याल
- भागवत कुञ्ज-कवि प्रसाद गौतम
- सख्य रस (भाग १-२०) -कवि प्रसाद गौतम -सम्पादक प्रा.डा. राजेन्द्र गुरागाई
- नित्यकर्म विधि-वास्तुशास्त्री श्यामलाल जालान
- वैदिक हिन्दु धर्मसंस्कृतिः स्वाद्ध्यायशाला
- नेपालः प्रत्येक स्थल, धार्मिक स्थल-राजु नेपाल
- पुनर्जन्म -डा कीर्तिस्वरूप रावत
- चिन्तन छोडौ सुखसँग बाँचौ -स्वेट मार्डेन
- प्राकृतिक चिकित्सा विज्ञान -डा माया गिरी
- सकारात्मक सोधखोज-डा. चण्डी प्र. चापागाई
- श्रीमद्भागवत (ने.अ.) -रामप्रसाद जोशी
- स्वामी परमानन्द गुरूस्मृतिग्रन्थ - हरिहर सन्न्यास आश्रम, देवघाट
- शिवगीता - स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

- जीवन-चन्द्रिका - स्वामी विवेकानन्द सरस्वती
- वेदान्त-प्रदीप - स्वामी परमानन्द सरस्वती
- गुरू चरित मानस (शोककाव्य) - प्रा. जगन्नाथ शर्मा कण्डेल
- सनत्सुजातीयम् - स्वामी ज्ञानानन्द सरस्वती
- चार तीर्थराज प्रयाग - नलराज शास्त्री नेपाल
- म र मेरो कर्तव्य -श्री १००८ परमंहस स्वामी -सच्चिदानन्द सरस्वती
- नारी धर्म तथा पुरूषधर्म -श्री १००८ परमंहस स्वामी -सच्चिदानन्द सरस्वती
- श्री डोलेश्वर महादेव केदारनाथ धाम संक्षिप्त परिचय
- श्रीमद्भगवद्गीता यथारूप -(भक्तिवेदान्त बुक ट्रस्ट) कृष्णकृपामूर्ति - (ISKCON)
- अन्य लोकहरूको सजिलो यात्रा -(भक्तिवेदान्त बुक ट्रस्ट) कृष्णकृपामूर्ति
- श्री कृष्ण भक्ति निर्देशिका -(भक्तिवेदान्त बुक ट्रस्ट) कृष्णकृपामूर्ति
- धार्मिक पत्रिका, दैनिक पत्र-पत्रिका, मासिक पत्रिका, बुलेटीनका विभिन्न अङ्कहरू ।

॥ॐ॥

ॐ नमस्तुभ्यं भगवते, वासुदेवाय धीमहि ।
प्रद्युम्नायानिरुद्धाय नमः सङ्कर्षणाय च ।।

श्रीकृष्ण गोविन्द हरे मुरारे ।
हे नाथ ! नारायण वासुदेव ।

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

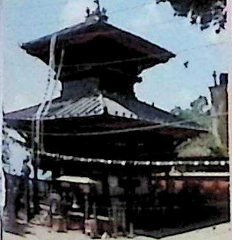
CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

स्मरणीय पाना

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

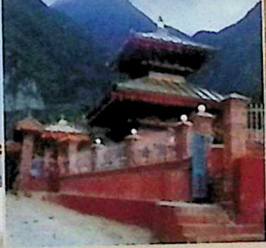
CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

द्वादश ज्योतिर्लिङ्ग

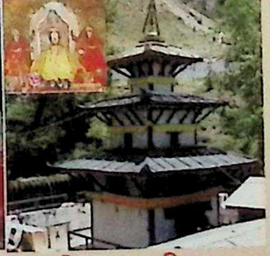


मनकामना मन्दिर

भैरवस्थान मन्दिर



सुपा देउराली मन्दिर

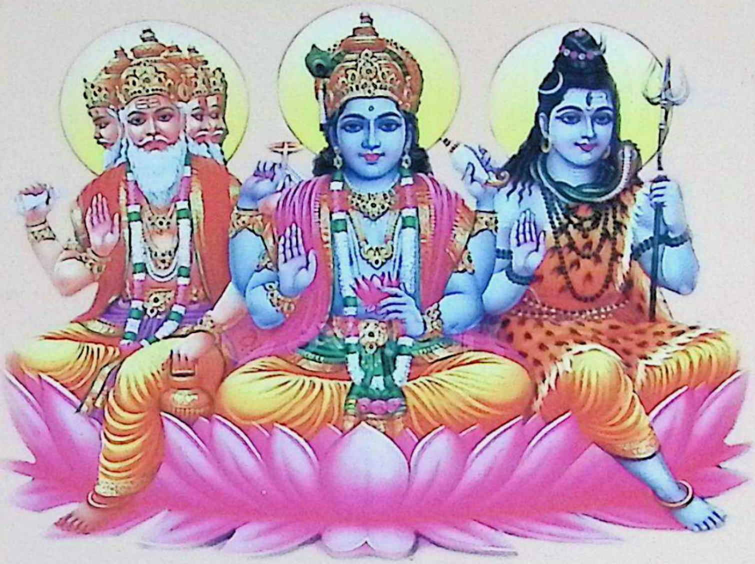


मुक्तिनाथ मन्दिर

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal

CC-0. Digitized by eGangotri and MIDF- Delhi

ॐ परमब्रह्म देवाय नमः



नव उद्यान प्रतिष्ठान
काठमाडौं, नेपाल

9 789937 286541

Jayatu Sanskritam, Kathmandu, Nepal